

Silakkaan liitettyjä mielikuvia

Helsingin yliopisto
Kasvatustieteiden maisteriohjelma
Kotitalousopettajan opintosuunta
Pro gradu -tutkielma 30 op
Kotitaloustiede
Joulukuu 2020
Lotta Kankaanpää

Ohjaaja: Hille Janhonen-Abruquah

| | | |
|---|-------------------------------|---|
| Tiedekunta - Fakultet - Faculty | | |
| Kasvatustieteellinen tiedekunta, Kasvatustieteiden maisteriohjelma | | |
| Tekijä - Författare - Author | | |
| Lotta Kankaanpää | | |
| Työn nimi - Arbetets titel | | |
| Silakkaan liitettyjä mielikuvia | | |
| Title | | |
| The conceptions of herring | | |
| Oppiaine - Läroämne - Subject | | |
| Kotitaloustiede | | |
| Työn laji/ Ohjaaja - Arbetets art/Handledare - Level/Instructor | Aika - Datum - Month and year | Sivumäärä - Sidoantal - Number of pages |
| Pro gradu -tutkielma / Hille Janhonen-Abruquah | 7.12.2020 | 57 s + 5 liites. |
| Tiivistelmä - Referat - Abstract | | |
| <p>Tutkielman tarkoituksena on kartoittaa silakan suosimiseen ja ympäristövaikutuksiin liitettäviä mielikuvia. Itämeren ekologinen tila on yleisesti heikko ja kalastuspaine kohdistuu merellä pääosin isompiin petokaloihin. Suomalaisen luonnonkalan hyödyntäminen on romahtanut, vaikka tietyt luonnonkalat edesauttavat vesistöjen rehevöitymistä. Särkeä ja silakkaa poistokalastetaan, eikä saaliita käytetä elintarvikkeena. Silakkasaaliit käytetään pääosin minkin rehuksi ja iso osa saaliista kuljetetaan Tanskaan, missä ne jatkojalostetaan kalajauhoksi. Silakan ympäristömyrkkyjen pitoisuudet ovat laskeneet viime vuosikymmenten aikana ja silakan terveyshyödyt voittavat niiden mahdolliset ympäristömyrkyhaitat. Kalalajeihin liittyvät asenne- ja tottumuskysymykset ovat usein vaikeasti muutettavissa. Tulevaisuuden kestävää kalankulutusta ajatellen olisi tärkeää löytää kuluttajien asenteisiin vaikuttavia muutostekijöitä ja kehittää Suomeen toimivia vesi- ja kalastonsuojelutoimia.</p> <p>Tutkimuksen teoreettinen viitekehys perustui ekososiaaliseen teoriaan, ruoanvalinnan perusteisiin sekä Itämeren ekologista tilaa käsittelevään kirjallisuuteen ja tutkimukseen. Tutkimusaineisto kerättiin vapaan sivistystyön kautta kahdelta aiheeltaan erilaiselta kotitalouden opetuskerralta. Aineistonkeruun menetelmänä käytettiin teemahaastattelua. Haastatteluvina oli viisi 60-80-vuotiasta pääkaupunkiseudulla asuvaa henkilöä. Opetuskerroilta tavoitetut henkilöt haastateltiin puhelimitse marras-joulukuussa 2020. Aineisto litteroitiin ja analysoitiin sisällönanalyysillä.</p> <p>Silakkaa pidettiin maukkaana ja sesonkiluontoisena luonnonkalana, jonka syömiseen liittyi vahvat perinteet ja tottumukset. Silakkaa syötiin pääosin kotona ja sitä pidettiin ikäihmisten herkkuna. Silakan syömiseen vähäisyyttä selitettiin muuttuneella ruokakulttuurilla, nuorten kielteisellä silakka-asenteella, kalan hajulla sekä silakan ruotoisuudella. Haastatteluissa korostui huoli ympäristöstä. Ruokavalintojen perusteita selitti kalavälinnoissa vahvimmin taloudellisuus ja saatavuus. Informantit käyttivät kalalajeista eniten lohta. Tulos on osittain ristiriitainen, sillä silakka on usein lohta edullisempaa.</p> | | |
| Avainsanat - Nyckelord | | |
| silakka, ruoanvalinta, kestävyys, Itämeri, rehevöityminen, mielikuvat | | |
| Avainsanat - Nyckelord | | |
| herring, food choice, sustainability, Baltic sea, eutrophication, conceptions | | |
| Säilytyspaikka - Förvaringsställe - Where deposited | | |
| Helsingin yliopiston kirjasto – Helda / E-thesis (opinnäytteet) | | |
| Muita tietoja - Övriga uppgifter - Additional information | | |

| | | |
|---|--|--|
| Tiedekunta - Fakultet - Faculty Faculty of Educational Sciences – Master's Program of Education | | |
| Tekijä - Författare - Author Lotta Kankaanpää | | |
| Työn nimi - Arbetets titel Silakkaan liitettyjä mielikuvia | | |
| Työn nimi - Arbetets titel The conceptions of herring | | |
| Oppiaine - Läroämne - Subject Home economics | | |
| Työn laji/ Ohjaaja - Arbetets art/Handledare - Level/Instructor Master's Thesis / Hille Janhonen-Abuquah | Aika - Datum - Month and year 7.12.2020 | Sivumäärä - Sidoantal - Number of pages 57 pp. + 5 appendices |
| <p>Tiivistelmä - Referat - Abstract</p> <p>The aim of this study is to describe different conceptions and preferences about herring and it's environmental impacts. In consideration of eutrophication, biodiversity and clean water the Baltic Sea is in a weak condition. The use of Finnish local fish has diminished a lot and at the same time some fish species are the main reason for eutrophication. Roach and herring are mostly not used as human nutrition but fished to keep the fish stock moderate. The catches of herrings are mostly used as a fodder and a big part of Finland's herring catches are transported to Denmark and refined as a fish meal. There has been a lot of discussion about toxins that accumulates especially to fatty fish species like herring even though the concentration levels have diminished a lot in the past few decades and the health benefits of fish will beat the possible harms due toxins. Attitudes towards fish and habits are deeply entrenched in Finnish culture. It would be extremely useful to find so called game changers for solving the problem of eutrophication in the Baltic Sea and to create practical conservation acts.</p> <p>The theoretical framework of this study relied on the ecosocial theory and viewpoints offered by the food choice factors and the ecological situation of the Baltic Sea. The research questions were answered based on the methods of qualitative research. The data of this qualitative study was collected with theme interviews from people attending Finnish Adult Education. A total of five took part in the theme interviews held in November and December 2020. The interviews were recorded and transcribed. The analysis was done by using theory- and material-based content analysis.</p> <p>Herring was considered as a delicious and seasonal local fish and traditions and habits had a common role explaining the different perspectives. Herring was often eaten at home and considered as a "senior delicacy". The diminished use of herring was explained by the changes in food culture, negative attitudes of younger generation, the smell of the fish and fish bones. On the other hand, the environmental responsibility was highly considered in the interviews. Costs and availability were the main reasons for fish choices. Salmon was the most used fish due it's good price and availability. The result is slightly conflicting because herring is often cheaper than salmon. Availability played a major role when fish choices were considered.</p> | | |
| Avainsanat - Nyckelord silakka, ruoanvalinta, kestävyys, Itämeri, rehevöityminen, mielikuvat | | |
| Keywords herring, food choice, sustainability, Baltic sea, eutrophication, conceptions | | |
| Säilytyspaikka - Förvaringsställe - Where deposited Helsinki University Library – Helda / E-thesis (theses) | | |
| Muita tietoja - Övriga uppgifter - Additional information | | |

Sisällys

| | | |
|-----|--|----|
| 1 | JOHDANTO | 1 |
| 2 | KALAN VALINTA RUOAKSI | 3 |
| 2.1 | Ruoanvalintaa ohjaavia tekijöitä..... | 3 |
| 2.2 | Tiedostava kuluttaja | 4 |
| 2.3 | Tulotason yhteys kalan kulutukseen | 6 |
| 3 | SILAKKA | 8 |
| 3.1 | Silakkasaaliiden käyttö..... | 8 |
| 3.2 | Näkökulmia kotimaisen kalan hyödyntämiseen | 10 |
| 4 | ITÄMERI | 13 |
| 4.1 | Itämeren erikoispiirteet..... | 13 |
| 4.2 | Itämeren rehevöityminen..... | 14 |
| 4.3 | Kalakantojen tila..... | 17 |
| 5 | EKOSOSIAALINEN NÄKÖKULMA RUOANVALINTAAN..... | 20 |
| 6 | TUTKIMUSTEHTÄVÄ JA TUTKIMUSKYSYMYKSET | 24 |
| 7 | TUTKIMUKSEN TOTEUTUS..... | 26 |
| 7.1 | Menetelmällinen lähtökohta | 26 |
| 7.2 | Aineisto | 28 |
| 7.3 | Analyysi..... | 31 |
| 8 | TUTKIMUSTULOKSET JA NIIDEN TULKINTAA | 33 |
| 8.1 | Silakkaan liitettävät mielikuvat | 33 |
| 8.2 | Kalalajien suosimisen perusteet..... | 35 |
| 8.3 | Silakka ympäristövaikutusten näkökulmasta..... | 38 |
| 8.4 | Yhteenveto | 41 |
| 9 | LUOTETTAVUUS | 44 |
| 10 | POHDINTAA | 47 |
| | LÄHTEET | 51 |
| | LIITTEET..... | 1 |

1 Johdanto

Opintojeni alkuvaiheessa kalankäsittely oli minulle vierasta. Lapsuudenkodissa asuesani isä ja äiti olivat aina päävastuussa kalaruoan valmistuksesta. Kotitalousopettajaksi opiskellessani huomasin kala-aiheen liittyvän jokaiseen opetusharjoitteluuni. Näin kala tuli raaka-aineena tutuksi ja Itämeren tila, kalansyöntitottumukset sekä kuluttajien ruokavalintoja ohjailevat tekijät alkoivat kiinnostaa minua erityisen paljon.

Kandidaatintutkielmani käsitteli yhteisasunnossa asuvien nuorten ruokavalintoja ohjaavia tekijöitä erityisesti ekologisesta näkökulmasta. Pro gradu -tutkielmani käsittelee silakan suosimiseen ja ympäristövaikutuksiin liitettäviä mielikuvia, joten ruoanvalinta ekologisiin näkökulmiin liitettynä toistuu käsiteltävänä teemana. Olen erityisen kiinnostunut siitä, minkälaisia asenteita ja ennakkoluuloja vanhemman ikäpolven ihmiset liittävät silakkaan. Lisäksi olen kiinnostunut kuluttajien arkisista kalankulutustottumuksista. Ajatusiani ohjailevat seuraavat kysymykset: Kuinka usein pääkaupungilla asuvat valmistavat ruokaa silakasta? Miksi se ei välttämättä valikoidu arkiruoan raaka-aineeksi ja miksi jotkut syövät silakoita viikoittain?

Mediassa on jatkuvasti Itämereen liittyviä uutisia. Meren ekologisen tilan heikentyminen tuntuu mahdottomalta pysäyttää. Aihetta on tutkittu laajasti ja Itämeri esittäytyy suomalaisille erilaisten dokumenttien kautta. Itämeren suojelijoista kertova Yle Areenan viisi-osainen dokumenttisarja (Yle, 2020) käsittelee silakkaa sekä Itämeren tilaa ymmärrettävästi ja yksinkertaisesti. Dokumenttisarjan katsominen sai Itämereen kohdistuvan kiinnostukseni kasvamaan entisestään. Itämeri on erikoinen merialue, sillä se on merenä hyvin matala ja vähäsuolainen. Itämeri on kärsinyt luonnonolojen ja ihmisten toimien yhteisvaikutuksesta. Itämeren vakavampia ongelmia ovat levän massaesiintymät, eli leväkukinnot sekä meren pohja-alueiden happikadot. (Ollikainen, 2010, s. 66.)

Ihmisten toimilla ja ajattelutavoilla on suuri merkitys ympäristön tilaan. Niiniluoto (2000, s. 57) painottaa yksilön vastuunkannon ongelmaa ympäristökysymyksiin liittyen. Hän mainitsee ihmislaajalle tyypillisen ”despoottimaisen” luonteen luonnon antien hyödyntämistilanteissa. Ympäristövastuun kokemisesta on tehty monenlaisia analyysejä ja siitä voidaan erottaa seuraavat tyypit: despootti, hyötykäyttäjä, kokija tai tilanhoitaja. Nämä käsitteet kuvaavat ihmisen mahdollisia luontosuhteita. Kaikki edellä mainitut tarkastelutavat

ovat ihmiskeskeisiä tapoja tarkastella vastuun jakautumista ja perustuvat ihmisten arvo-
kokemuksiin. (Niiniluoto, 2000, s. 57–58.)

Itämeren pelastamiseksi tarvitaan lisää yhteiskunnallista ymmärrystä sekä sitovia suoje-
lusopimuksia. Sopimusten avulla Itämeren ekologisen tilan seuranta ja raportointi voisi
kehittyä. Sopimusten tekeminen parantaisi myös kuormittajatahojen valvontaa ja suoje-
luvaroja voitaisiin ohjata järkevämmiin. Ongelmana sopimuksen eteenpäin viemisessä
on raha. Yksipuolisen talousajattelun mukaan valtion ei kannata allekirjoittaa sopimusta,
jos se aiheuttaa vain kustannuksia tai siitä saatavat hyödyt ovat pienet kustannuksiin
nähden. Tämä saa aikaan sen, että sopimuksia allekirjoitellaan, mutta niiden noudatta-
minen jää toissijaiseksi. (Ollikainen, 2010, s. 76.)

Suomi on mukana YK:n kestävän kehityksen toimintaohjelmassa, Agenda 2030:ssa.
Asiakirja sitoo valtioita poliittisesti yhteen ja sen tavoitteena on toimia maapallon, ihmis-
ten ja kaikkien hyvinvoinnin hyväksi. Agenda 2030:n tavoitteena on vahvistaa rauhan-
omaista käytöstä vapaassa maailmassa ja vähentää köyhyyttä. Asiakirja esittää seitse-
mantoista kestävän kehityksen tavoitetta, joihin allekirjoittaneet maat sitoutuvat. (Trans-
forming our world: the 2030 Agenda for Sustainable Development, 2015, s. 1–2.) Asiaki-
rjan viidestoista tavoite (Transforming our world: the 2030 Agenda for Sustainable De-
velopment, 2015, s. 15) nousee pro gradu -tutkielmani teemojen osalta erityiseen ase-
maan. Tavoitteen pyrkimyksenä on säilyttää meret sekä niiden tarjoamat luonnonvarat
käyttökelpoisina myös tuleville sukupolville. Lisäksi tavoite velvoittaa edistämään meristä
saatavien luonnonvarojen kestävää käyttöä. Suomen liittyminen sopimukseen kertoo
siitä, että Suomessa halutaan edistää kestävämpää kalataloutta. Sopimukset ovat kui-
tenkin vain asiakirjoja ja kansalaiset eivät välttämättä tiedä niiden olemassaolosta.

Tästä syystä olen päättänyt tarkastella varttuneempien kuluttajien mielikuvia silakan ym-
päristövaikutuksiin liittyen. Syvälinen mielikuvien ja käsitysten tarkastelu voi tuottaa ar-
vokasta tietoa kuluttajien asenteista. Tutkimus toteutetaan laadullisena tapaustutkimuk-
sena. Tutkimuksen informantit hankitaan vapaan sivistystyön kautta kotitalousaiheisilta
kursseilta, joissa silakkaruokia valmistetaan myös käytännössä. Käytännön työskentelyn
havainnoinnin sekä haastatteluiden yhdistymisen kautta pystyn tulkitsemaan ja ymmär-
tämään informanttien vastauksia kokonaisvaltaisemmin.

2 Kalan valinta ruoaksi

Ruoka määrittää ihmiselämää laajasti. Ruoka on elinehto ja samalla se liittyy sosiaalisiin tilanteisiin, tunteisiin sekä hyvinvointiin. Ruoan kokonaisvaltaisuus vaikuttaa siihen, että ruoanvalintatilanteet monimutkaistuvat entisestään. Rozin (2006, s. 19) toteaa, että tieteen useat eri alat, kuten psykologia, biologia, lääketiede, historia pyrkivät omalta osaltaan selittämään ruoanvalinnan perusteita. Kotitaloustiede korostaa Wennosen ja Palojoen (2015, s. 18–20) mukaan vastuullisuutta yhtenä ruokavalintojen tärkeimpänä kriteerinä. Vastuullisuuskasvatus on yksi nykyisen kotitalousopetuksen merkittävimpiä tavoitteita ja takaa tulevien sukupolvien tasa-arvoisen vastuullisuutta koskevan sivistyksen.

2.1 Ruoanvalintaa ohjaavia tekijöitä

Ravinnon saatavuus on ruokavalintojen perimmäinen syy. Ihminen valitsee ruokansa saatavuuden mukaan. (Rozin, 2006, s. 19.) Rozinin (2006, s. 22) mukaan ruoan sosiaalisen merkitys on korostunut aikojen saatossa. Ruoka linkittää ihmisiä erilaisiin ryhmiin heidän valintojensa kautta. Ruokakulttuurit muovaavat makuja sekä perinteitä uudelleen. Ruoan sosiaalinen merkitys vahvistuu valintatilanteet monipuolistuvat. Elintarvikkeita ostetaan usein rutiininomaisesti ja tuotteita valitaan tottumuksesta (Piironen & Järvelä, 2006, s. 19). Ruoka valitaan useimmiten maun perusteella. Lisäksi varallisuus on yksi ruokavalintoja selittävä tekijä. Pienituloisemmilla hinnan merkitys kasvaa suuremmaksi ruoanvalintahetkellä. (Kittler, Sucher & Nahikian-Nelms, 2011, s. 13–14.) Ruokavalinnat muodostuvat monien tekijöiden yhteisvaikutuksesta. Tulotaso, koulutus, terveys, uskonnollinen vakaumus sekä terveystietämys selittävät yksilön ruokavalintoja. Lisäksi asuinpaikalla, etnisellä identiteetillä ja yksilön fysiologisilla tekijöillä on merkitystä. (Kittler & Sucher, 2000, s. 11.)

Birch ja Memery (2020, s. 499) ovat tutkineet perheiden kalankulutustottumuksia aikuisten vaikutusvallan näkökulmasta. Tutkimus oli laadullinen ja aineisto kerättiin vuonna 2018. Tutkimus julkaistiin Britanniassa vuonna 2018. Tutkimustuloksissa ilmeni, että perheen ruokaostoksista ja ruoanvalmistuksesta vastuussa oleva aikuinen vaikutti vahvimmin perheen kalankulutustottumusten muodostumiseen. Aikuisten omilla mielipiteillä ja makumieltymyksillä oli keskeinen rooli perheen ruokakulttuurin muotoutumiseen. Kalalle tyypillisen hajun huomattiin vähentävän perheiden kalankulutusta. Tutkimuksessa ilmeni, että aikuisten omat kalaruokiin liittyvät lapsuudenkokemukset vaikuttivat heidän nykyisiin kalaruokavalintoihinsa. Myös sosiaalisilla tekijöillä oli ruokavalintoja ohjaavaa

vaikutusta. Ravintolassa tilattiin helpommin epäterveellisempi annosvaihtoehto terveellisempien kala-annosten sijaan. Koulu oli joillekin lapsille ainoa paikka, missä he söivät kalaa. Koulussa tarjottava ruoka vaikutti myös perheiden aikuisten käsityksiin terveellisestä syömisestä. Tutkimusperheet pitivät kouluruokaa yleisesti terveellisenä. (Birch & Memery, 2020, s. 505–506.)

Birchin ja Memeryn (2020, s. 449) mukaan sosiaalisen ympäristön ohjaava vaikutus on korostunut lasten ja aikuisten tuoreimmissa ruoanvalintaa koskevissa tutkimuksissa. Tämä on mielenkiintoinen ilmiö, sillä lapsuuden ruokatottumuksilla ja -valinnoilla on merkitystä myös aikuisiän ruokavalintojen perusteisiin (Birch & Memery, 2020, s. 500). Piironen ja Järvelä (2006, s. 19) ovat tutkineet kuluttajien ruoanvalintaa ja tutkimuksen mukaan ruoanvalinnan tärkein peruste oli elintarvikkeen maku. Ruoan ravitsemukselliset tekijät olivat seuraavaksi merkittävin peruste tietyn elintarvikkeen valitsemiselle. Kuluttajakäyttäytymistä kartoittavan tutkimuksen mukaan huomiota myös elintarvikkeiden kotimaisuuteen kiinnitettiin huomiota. Ennen kotimaisuusperusteita huomioitiin kuitenkin ruoan terveysseikat. Terveellisyyden lisäksi tuotantotapaan liittyvät tekijät merkitsivät enemmän niille kuluttajille, jotka ovat erityisen kiinnostuneita ruoasta. Terveysorientoituneet kuluttajat kiinnittivät myös elintarvikkeiden turvallisuuteen suurempaa huomiota. (Piironen & Järvelä, 2006, s. 50.)

Tärkeimpien ruoanvalintaperusteiden eli maun ja terveyden lisäksi ruoan valintaan liittyvät sosiaaliset tekijät. (Piironen & Järvelä, 2006, s. 19). Ihmisillä on luontainen tarve kuulua ryhmään ja ihmiset ovat riippuvaisia lajitovereistaan. Myös kulttuurilla on merkittävä asema ruoanvalinnassa ja ruokailutavoissa. Ruoanvalinta on usein tiedostamatonta ja maku sekä tottumus ohjailevat sitä, mitä ruokalautaselle päätyy. (Mäkelä, Palojoiki & Sillanpää, 2003, s. 7–8.)

2.2 Tiedostava kuluttaja

Yhä useampi suomalainen kuluttaja asuu nykyisin kaupungeissa. Arvioidaan, että vuoteen 2050 mennessä kaupungeissa asuisi ihmisiä jopa kahdeksankymmentä prosenttia enemmän kuin nyt. Kaupunkiasumisen lisääntyessä ruoantuotannon ja erityisesti alku-
tuotannon ympäristönäkökulmat saavat uusia muotoja. Tämä tarkoittaa sitä, että ruoan tuotantoympäristö monipuolistuu ja kehittyy. Tulevaisuudessa saatetaan nähdä lisääntyvää luonnonmukaista kaupunkiviljelyä ja kasvihuonekerrostaloja. (Rislak, 2009, s. 276.) Välimäki (2009, s. 280) pohtii suomalaisen ruokakulttuurin muutosta. Suomalaiset kansainvälistyvät ja ruokakulttuuriin omaksutaan uusia makuja. Pientuotannon suosio nousee ja tuotannon jakeluteitä pyritään jatkuvasti kehittämään.) Rislakin (2009, s. 276)

mukaan yhä useampi suomalainen kuluttaja ymmärtää nykyään, että lähellä tuotettu luomuruoka maksaa enemmän, kuin tehotuotettu ruoka. Kuluttajat ymmärtävät, että eettisen ja kestävän kehityksen periaatteita noudattava tuotantotapa on kalliimpaa tehomaatalouteen verrattuna. Lindgren (2009, s. 9) selittää suomalaisen ruokakulttuurin muutosta asenteiden ja mielipiteiden avartumisella. Suomalaiset haluavat selvittää ruoan alkuperän ja lisäaineetonta ruokaa arvostetaan. Hyvän ruoan kulmakivenä pidetään Lindgrenin mukaan nykyisin "aitoja makuja".. Ruokavalinnat ovat vahvasti arvokysymyksiä ja tämän hetken arvoina näyttäytyvät erityisesti luonnolliset maut, luonnon ja kulttuurin monimuotoisuus sekä niiden säilyttäminen ja vaaliminen. (Lindgren, 2009, s. 7.)

Kestävä kulutus ja sen ymmärtäminen sekä toteutuminen käytännössä edellyttää, että ihmisillä on oikeaa tietoa kulutusvalintojen ja elämäntapojen vaikutuksista ympäristöön. Tiedon täytyy kytkeytyä jollakin tavalla ihmisen arkeen, jotta se sisäistetään. (Saarinen, Kurppa, Nissinen & Mäkelä, 2011, s. 8.) Ihmiset ja kuluttajat ovat päivittäin vastuullisten valintojen edessä. Valintoja tehdään jokaisella elämän osa-alueella, mutta erityisen tärkeitä ovat yksilön ruokavalinnat, eli ne perusteet, joiden pohjalta ruokaa valitaan (Kaskinen, Kuittinen, Sadeoja & Talasniemi, 2011, s. 17).

Ruokajärjestelmä muokkautuu poliittisten päätösten, kuluttajien valintojen ja toiminnan mukaan. Ilmastomuutos on tiukasti sidoksissa ruokajärjestelmään ja ympäristön ekologisen hyvinvoinnin tilaan. Ilmastomuutos on ruoantuotannon jatkuva uhka, mutta samalla ruoantuotanto ja arkiset kulutustottumukset vaikuttavat ilmastomuutoksen kehittymiseen. Lähes kolmasosa kasvihuonepäästöistä syntyy ruoan tuotannossa. Kestävyysnäkökulmasta katsottuna suomalaisten kotimaisen kalan kulutustottumukset ovat muuttuneet rajusti. Kähärin ja Lindblomin (2019, s. 284) mukaan suomalaiset kuluttavat kotimaista kalaa reilusti vähemmän muutaman vuosikymmenen takaiseen kulutukseen verrattuna. Kotimaisen kalan osuus on laskenut 1980-luvulta vajaan viidenneksen osuuteen. Tuontilohta kulutetaan Suomessa eniten ja vastaavasti runsaan, ekologisen ja edullisen silakan kulutus on romahtanut. Silakkaa kulutetaan nykyisin kymmenesosa 1980-luvun kulutukseen verrattuna. Luonnonkaloista, kuten hauesta, muikusta ja ahvenista entistä hintavampia, kun kasvatetun kalan tarjonta lisääntyy. Tämä näkyy kuluttajien kalankulutusvalinnoissa ja lopulta ympäristössä.

2.3 Tulotason yhteys kalan kulutukseen

Kähäri ja Lindblom (2019, s. 275) ovat tutkineet sosioekonomisen aseman yhteyttä kalan osuuteen ruokamenoista vuosina 1985–2016. Jotta kestävä kehitys huomioitaisiin ruokavalintaa tehdessä, tulisi ilmasto- ja terveystietoisuus ottaa samanaikaisesti huomioon. Suomalaisten keskeisimmät kansanterveysongelmat ovat väestöryhmien väliset terveyserot sekä elintapaperäiset sairaudet. Kähärin ja Lindblomin tutkimuksen tarkoituksena oli tarkastella sosioekonomisten tekijöiden yhteyttä kalan kulutukseen. Sosioekonomisista tekijöistä tutkimuksessa huomioitiin tulot ja koulutus. Tutkimuksessa tarkasteltiin suomalaisten kalankulutuksen muutoksia vuosina 1985–2016. Tuloksissa ilmeni, että ylimmän ja alimman tulokvintiilin välillä oli kalankulutuksen osalta selviä eroja ja ne kasvoivat 2000-luvulle tultaessa. Maltillisempia eroja oli ylemmän korkea-asteen saaneiden koulutuksen ja peruskoulutettujen välillä. Havaittuja eroja tuloryhmien välillä perusteltiin kasvaneella terveys- ja ilmastotietoisuudella.

Tutkimusaineistona käytettiin tilastokeskuksen kulutustutkimusaineistoja, jotka oli kerätty kotitaloushaastatteluin, kulutuspäiväkirjoin, kuitein sekä puhelinhaastatteluin. Kalan osuus kaikista elintarvikkeista lähes kaksinkertaistui vuosina 1985–2016 ja ylimmän tulokvintiilin kuluttajat söivät enemmän kalaa alemman tulokvintiilin kuluttajiin verrattuna. Korkeampi koulutusaste oli suorassa yhteydessä kalansyönnin määrään. Mitä korkeampi koulutus oli, sitä enemmän kalaa kulutettiin. Myös ikä toimi yhtenä selittävänä tekijänä kalan elintarvikeosuutta tarkastellessa. Kalan osuus oli sitä suurempi, mitä vanhempi kotitalouden viitehenkilö oli. Myös yksinhuoltajuus selitti kalan pienempää osuutta ruokabudjetista. Yksinhuoltajaperheet kuluttivat kalaa vähiten, toiseksi vähiten kalaa kuluttivat kahden huoltajan lapsiperheet ja eniten kalaa syötiin kahden aikuisen talouksissa. Kalaan käytettiin myös enemmän rahaa kaupunkimaisissa kunnissa maaseutuun verrattuna. (Kähäri & Lindblom, 2019, s. 279–280.)

Tutkimustulokset viittaavat siihen, että kotitalouksien budjetti ja taloudelliset resurssit voivat estää ilmastoystävällisempiä ja terveellisempiä ruokavalintoja. Vuonna 2016 alin tulokvintiili kulutti kalaruokiin rahaa noin 89 euroa. Ylin tulokvintiili käytti kalaan vastaavasti 241 euroa. (Kähäri & Lindblom, 2019, s. 283). Kähäri ja Lindblom (2019, s. 284) kirjoittavat myös aiempien tutkimusten tuloksista lapsiperheitä ja kalansyöntitottumuksia koskien. Kalan syönnin esteenä on usein tottumattomuus. Kala ei ole välttämättä ruokarutien osa tai siihen ei olla raaka-aineena totuttu. Tulevaisuuden nuoret kuluttajasukupolvet tulisi totuttaa rohkeaan ja monipuoliseen kalankäyttöön, jos kulutustottumuksia haluttaisiin muuttaa pitkäkestoisemmin.

Historiallinen katsaus selittää (Seitola, ym. 1996, s. 26) mukaan elintason ja ruokavaliintojen yhteyttä. Silakalla on pitkät perinteet helsinkiläisissä ruokapöydissä. 1700- ja 1800-luvuilla matala elintaso ja ruoan puute nostivat erityisesti silakan suosiota. Silakkaa syötiin runsaasti ja usein. 1800- ja 1900-lukujen vaihteessa työläisten ruoka perustui suolasilakoihin, silavaan sekä tummaan leipään. Silakasta valmistettiin monenlaisia laattikoruokia, kastikkeita ja muhennoksia. (Seitola, ym. 1996, s. 32.) Suomen taloushistoriaa tarkastellessa silakan huomataan olleen myös merkittävässä kauppatavaran asemassa. Runsaita silakkasaaliita saatiin 1000-luvulta lähtien silakasta tuli koko kansan edullinen arkiruoka. (Laine, 2016, 44–45.)

3 Silakka

Silakka (*Clupea harengus membras*) on vähäsuolaiseen murtoveteen sopeutunut sillin alalaji. Silakka voi olla kevät- tai syyskutevaa ja sitä on kalastettu vuosien saatossa monenlaisilla menetelmillä. Verkkopyynti on silakan vanhin kalastustapa. Nykyisin silakkaa pyydetään pääosin troolilla. Troolauksessa laahusnuottaa vedetään yhdellä tai kahdella aluksella ja kalaparvet etsitään kaikuluotaimella. (Laine, 2016, s. 30–31.)

3.1 Silakkasaaliiden käyttö

Setälän ym. (2016, s. 5) mukaan silakkaa myydään pääosin turkiseläinten rehuksi, minkä hinnat on nahkojen kysynnän vähentyessä laskenut rajusti. Hämmäntävää ekologisen lähiaruoka-ajattelun kannalta on se, että silakan päämarkkinat ovat olleet pitkään viennissä ja turkistaloudessa. Kalastajat kuljettavat silakkaa runsaasti Ruotsiin, mistä se viehdään Tanskaan kalajauhon raaka-aineeksi. Tanskassa kalajauhon valmistusprosessissa silakasta poistetaan dioksiini ja lopulta kalajauho myydään kalarehujen raaka-aineeksi Suomeen.

Suomessa vuoden 2014 silakka- ja kilohailisaalis oli Luonnonvarakeskuksen (Setälä, ym. 2016, s. 9) mukaan noin 142 miljoonaa kiloa. Vuoden 2014 silakkasaaliista noin 80 miljoonaa kiloa käytettiin turkiseläinrehuksi ja vain 40 miljoonaa kiloa käytettiin kalajauhon raaka-aineeksi. 20 miljoonaa kiloa hyödynnettiin elintarvikkeena. Pääosa elintarvikkekalasta vietiin Venäjälle. Luonnonvarakeskuksen Itämerirehua kotimaisista kalavirroista -hankkeessa (Setälä, ym. 2016, s. 3–5) selvitettiin kotimaisen kalajauholinjan ja itämerirehun talousvaikutuksia suomalaiseen kalatalouteen. Kalankasvatus muuttuisi Itämerellä kuormitusneutraaliksi, jos kaloja ruokittaisiin Itämeren kalasta valmistetulla rehulla. Näin Itämereen ei tarvitsisi lisätä ravinteita ja valmiina olevat ravinteet saataisiin kiertoon. Itämerirehua ei ollut vuonna 2016 sovellettu vielä käytäntöön, mutta se on tunnistettu keskeiseksi kehittämistoimeksi vesiensuojeluun ja vesiviljelyyn liittyvissä kansallisissa ohjelmissa. Setälän ym. (2016, s. 5) mukaan kotimainen kalajauhotuotanto lyhentäisi kalarehujen raaka-aineiden pitkää kuljetusketjua, avaisi silakan kalastajille uuden kotimaisen markkina-alustan ja synnyttäisi uusia työpaikkoja saaristoon kalajauhon tuotannon pariin. Tiivistettynä suomalaisen elintarvikkeketjun kaikkia kalatalouden osapuolia hyödyttävä ratkaisu voitaisiin löytää juuri Itämeren kalasta tuotetun kalajauhon avulla. Silakan jalostusarvoa on nostanut Kasnäsissä toimiva kalajauhotehdas, joka käyttää n. 23–30 % Suomen vuosittaisesta silakkasaaliista.

Silakkaa syötiin suomalaisissa kotitalouksissa viikoittain tai useamminkin vielä sata vuotta sitten. (Laine, 2016, s. 13.) Nykyään vain 3 % silakkasaaliista käytetään kotimaisena elintarvikkeena. Elintarvikekäyttöön tarkoitetun silakan vientikysyntä on pienentynyt Venäjän tuontikiellon vuoksi. (Setälä, ym. 2016, s. 3–5.) Maa- ja metsätalousministeriön mukaan (Kotimaisen kalan edistämishjelma lausunnoille – tavoitteena kaksinkertaistaa kotimaisen kalan käyttö, 2020) kotimaisen kalan edistämishjelman tavoite on saada suomalaiset syömään kalaa ravitsemussuosittelun mukaisesti 2-3 kertaa viikossa. Kalan käytön kasvu lisääisi työpaikkoja ja parantaisi terveyttä pienentäen samalla ruokavalion ympäristö- ja ilmastojalanjälkeä. Suomalaiset syövät nykyään n. 1,7 annosta kalaa viikossa ja tämän määrä haluttaisiin nostaa suositusten mukaiseksi, eli 2,5 kertaa viikossa syötävään kala-annokseen. Kalan kulutuksen täytyisi perustua kotimaisen kalan suosimiseen, jotta toiminta olisi ekologisesti, taloudellisesti ja sosiaalisesti kestävä.

Laine (2016, s. 104–105) listaa silakan kulutuksen romahdusta seuraavasti. Vuosituhannen vaihteessa suomen kansalainen söi silakkaa keskimäärin 1,2 kiloa vuodessa, vuonna 2003 määrä oli enää 900 grammaa ja vuonna 2006 alle 400 grammaa. Suomalaisien ruokavalioissa kalankulutus ei ole vastaavasti laskenut, sillä kalasta ei olla siirrytty muihin elintarvikkeisiin. Vuonna 2013 suomalaiset söivät perattua kalaa n. 14,6 kilogrammaa henkilöä kohden. Kotimaisen kalan osuus tästä oli noin 3,8 kiloa ja tuontikalan osuus jopa lähes 11 kilogrammaa. Suomalainen kuluttaa vuodessa keskimäärin lohta yli 4 kg, tonnikalaa noin 2 kg ja silakkaa vain reilut 300 kilogrammaa. Edellä mainituista luvuista voidaan päätellä suomalaisten syövän silakkaa vuodessa vain kahden ruoka-annoksen verran. Silakkaruokaohjeissa tavallinen ruokailijaa kohden arvioitu peratun silakan paino on n. 150 grammaa.

Särkikaloiden tehokkaampi hyödyntäminen alkoi näkyä Suomessa 2000-luvun ensimmäisen vuosikymmenen lopulla erilaisten pilottihankkeiden myötä. Kalastajille alettiin maksaa ympäristökorvausta särjen pyynnistä ja saaliiden hyödyntämiseksi alettiin kehittää erilaisia ratkaisuja. Esimerkiksi John Nurmisen säätiön Lähikala-hanke on saanut aikaan Pirkan saaristolaiskalapihvit, joita on myyty K-kaupoissa muutamien vuosien ajan. Toiminnan päätavoitteena on ollut lisätä vajaasti hyödynnettyjen kalojen käyttöä ihmisravinnoksi kotimaista kalaa suosien. Tuhannessa kilossa särkikalaa on noin 6-7 kg fosforia, joka poistuu merestä kalastettaessa. Liian runsaat särkikalakannat edesauttavat Saaristomeren rehevöitymistä ja tästä syystä särkikaloiden tehostettuun pyyntiin on alettu kiinnittää huomiota erityisesti markkina-ajattelun ja ekologisuuden kautta. (Lappalainen, Heikinheimo, Raitaniemi & Puura, 2019, s. 6.)

3.2 Näkökulmia kotimaisen kalan hyödyntämiseen

Silakka on ympäristöystävällinen kala, sillä sitä ei kasvateta altaissa tai verkkopusseissa. Silakasta ei synny vesistöihin rehujäämiä. Silakan pyynti kuluttaa polttoainetta, mutta maailman kalateollisuutta tarkastellessa silakan pyynnistä aiheutuu luonnonle vain pieni rasitus. Silakkakantoja on myös helppo tarkkailla, sillä silakka on paikkauskollinen kala. Silakat elävät hyvin rajatuilla alueilla ja kutevat keväisin ja syksyisin samoissa paikoissa. (Laine, 2016, s. 104–105.)

Salmivaara ja Lankakoski (2019, s. 1) ovat tutkineet kestävästä ruokakäyttäytymisestä sosiaalisin normeihin yhdistettynä. Tutkimus tehtiin osana John Nurmisen Säätiötä Palmian työpaikkaravintoloissa. Tutkimuksessa keskityttiin tarkastelemaan ihmisten ruokavalintoja uusia särkikalapihvejä koskien. Lähtökohtana särkikalapihvien tutkimiseen oli niiden syömisen lisääminen. Särjet sitovat itseensä paljon fosforia ja typpeä, mikä edesauttaa rehevöitymistä. Vesistöjä rehevöittävää särkeä olisi järkevä käyttää ihmisravinnoksi ja samalla Itämeren ravinteita pystyttäisiin poistaa kalastuksen avulla. Tutkimuksella haluttiin lisätä ekologisemman ruoan käyttöä. (Salmivaara & Lankakoski, 2019, s. 6.) Salmivaaran ja Lankakosken (2019, s. 18–20) oli mukana yhteensä 19 ravintolaa ja pää-tutkimustuloksena ilmeni, että Itämeri- tai ympäristötiedolla ei ollut suurta merkitystä ihmisten ruokavalintoihin.

Suomen kalamarkkinat ovat murroksessa ja kaloihin sekä vesistöjen tilaan liittyviä tutkimuksia tehdään paljon etenkin Luonnonvarakeskuksessa. Lappalainen ym. (2019, s. 3) ovat tarkastelleet särkikalajien tehokkaampaan hyödyntämiseen kehitettyjä toimia. Vuonna 2011 käynnistyi Maa- ja metsätalousministeriön luotsaama poistokalastushanke, jossa kaupalliset kalastajat saivat pientä ympäristöpalkkiota särjen kalastuksesta. Kyseinen poistokalastushanke päättyi vuonna 2015. Samaan aikaan käynnistyi uusi John Nurmisen säätiön Lähikalahanke, jossa sopimuksen tehneille kaupallisille kalastajille maksettiin ympäristöhoitopalkkiota särjen pyynnistä.

Maa- ja metsätalousministeriön (Kotimaisen kalan edistämishjelma lausunnoille, 2020) mukaan valtaosa Suomessa kulutetusta kalasta tuodaan muualta, vaikka elämme vesistöjen ympäröimänä. Kalan kulutuksen lisääminen olisi kansanterveydellisesti hyödyllistä ja lisäisi terveyshyötyjä laskennallisesti 1-2 miljardia euroa. Lisäksi vain yhden kala-aterian lisääminen viikon ruokatottumuksiin pienentäisi ruokavalion hiilijalanjälkeä n. 5-6 %. Kähärin ja Lindblomin (2019, s. 276) mukaan suomalaiset ravitsemussuositukset ovat pyrkineet nostamaan kalapainotteisen ruokavalion suosiota jo vuosikymmenten ajan.

Ravitsemussuosituksissa vuodelta 1987 todetaan, että kalan kulutusta voisi lisätä sen suotuisan rasvakoostumuksen vuoksi. Vuonna 1988 kalan syönnin vähimmäissuositus viikossa oli kaksi ateriala. Vuonna 2014 julkaistussa ravitsemussuosituksissa kalaa suositellaan nauttimaan kalalajeja vaihdellen 2–3 kertaa viikossa. (Kähäri & Lindblom, 2019, s. 276.) Puolet ravinnon mukana tulevasta D-vitamiinista saadaan kala-aterioista. Kala on suotuisassa yhteydessä luuston ja lihasten kuntoon, sillä kalasta saadaan runsaasti proteiinia, kivennäisaineita ja vitamiineja. Kalassa runsaasti erityisesti D-, B-, E- ja A-vitamiineja. Kivennäisaineista kala sisältää eniten fosforia sekä kalsiumia, jotka ovat yhteydessä luuston kuntoon. Kalaa tulisi syödä vähintään kerran viikossa ja yleisesti isoin syy tälle on D-vitamiini. Kalasta saadaan noin 60 prosenttia ravinnosta saatavasta D-vitamiinista. (Laine, 2016, s. 106.)

Laineen (2016, s. 13) mukaan silakka on monipuolinen raaka-aine ruoanvalmistuksessa. Terveystieteiltään silakka on erinomainen rasvainen kala, mutta Itämeren myrkyt, eli dioksiinit ja PCB-yhdisteet ovat pilanneet kalan mainetta. Silakasta olisi hyvä puhua enemmän ja sitä kannattaisi syödä. Saaliita saadaan edelleen runsaasti ja suuri osa pyydetystä silakasta joudutaan käyttämään rehuteollisuuden raaka-aineeksi. Suomalaisissa kotitalouksissa silakan kulutus on vähentynyt jatkuvasti. Ympäristömyrkyistä dioksiinit uhkaavat samoja elintoimintoja, joille kalanrasva on hyödyksi. Kalan sisältämistä omega-6- ja omega-3-rasvahapoista löytyy laajempaa näyttöä, kuin kalaan kertyvien ympäristömyrkköjen haitoista. (Assmuth, 2010, s. 175.)

Dioksiinit ovat PBT-aineita, eli pysyviä biokertyviä toksineja. Dioksiineja syntyy polttoreaktioista ja kloorikemikaaleista, kuten homemyrkyissä käytetyistä kloorifenoleista. Itämereen kulkeutuessa yhdisteistä tulee pysyviä. Yhdisteitä kerääntyy mereen pitkienkin aikojen ja matkojen päästä. Eniten dioksiineja Itämereen tuovat joet, kuten Veiksel, Neva sekä Kymijoki. Jokien tuomat dioksiiniyhdisteet ovat peräisin joen varrella ennen toimineista kloorifenolitehtaista. Dioksiinit hajoavat eliöissä hitaasti ja siksi ne päätyvät elimistöön esimerkiksi silakan syönnin välityksellä. (Assmuth, 2010, s. 167.)

Kähäri ja Lindblomin (2019, s. 276) mukaan Itämerestä pyydetyn kalan dioksiini- ja PCB-yhdistetasot ovat aiheuttaneet huolta kuluttajissa. 2000-luvun aikana haitallisten yhdisteiden kertymät ovat laskeneet merkittävästi, joten ympäristömyrkköjen liiallista kertymistä elimistöön ei tarvitsisi pelätä. EU on rajoittanut direktiiveillä kalojen syöntiä niiden dioksiinipitoisuuksien mukaan. Erikoista on, että Suomelle ja Ruotsille on myönnetty poikkeus direktiivin toteutuksesta. Suomessa ja Ruotsissa saa edelleen myydä kalaa, jonka dioksiinipitoisuus ylittää rajoitukset. (Assmuth, 2010, s. 166.) Syitä Suomen ja

Ruotsin saamalle poikkeusluvalle ovat kalan terveysvaikutukset sekä alhaisempi dioksiinipitoisuus. Keski-Euroopan maihin verrattuna Suomen ja Ruotsin elintarvikkeet sisältävät vähemmän dioksiineja. Suomessa dioksiinien saantia tasapainottaa myös puhkaammat maito- ja lihatuotteet useisiin muihin EU-maihin verrattuna. (Assmuth, 2010, s. 169.) Kähäri ja Lindblom (2019, s. 276) painottavat, että kalan kulutusta lisättäessä täytyy ottaa huomioon kalakantojen kestävyys ja kalan sisältämät ja elimistöön kertyvät ympäristömyrkyt. Silakka-aterioita suunnitellessa kannattaa suosia pienikokoista silakkaa, sillä niihin on kertynyt pienempi määrä ympäristömyrkkyjä. (Laine, 2016, s. 107.)

4 Itämeri

Itämeri on murtovesiallas. Itämereen virtaa vettä 250 joesta ja vuosittain vettä kertyy lähes 450 kuutiokilometriä. Itämeren koko vesitilavuus on 22 000 kuutiokilometriä, joten joista virtaavan veden määrä on merkittävä. Itämereen virtaa jokien makean veden lisäksi myös vettä Pohjanmerestä Tanskan salmien kautta. Suolaisen veden kulku Itämereen on elintärkeää, sillä salmien kautta tuleva suolainen merivesi aiheuttaa Itämereen hapekkaita suolapulsseja, jotka kohentavat Itämeren tilaa. (Kosenius, 2010, s. 23.)

4.1 Itämeren erikoispiirteet

Meriveden sisäänvirtaus on yhteydessä vuodenaikoihin, tuuliin ja vaihteleviin säihin. Tanskan salmien keskisyvyys on ainoastaan noin 25 metriä, joten raskas ja suolainen merivesi ei pääse virtaamaan tämän kynnyksen yli helposti. Mittavia suolapulsseja esiintyy harvakseltaan, arviolta vuosien tai vuosikymmenten väliajoin. Itämeren vesi on kerrostunutta ja suolaisuuden harppauskerros, eli halokliini erottaa eri vesikerrokset. Joista virrannut vähäsuolaisempi vesi on merenpinnalla ja Itämeren pohjalla makaa suolaisempi merivesi. Veden kerrostuneisuus vaikuttaa siihen, että hapekas pintavesi ei pääse sekoittumaan alusveden kanssa ja pinnalta vajoaa pohjaan kuollutta planktonlevää, jonka hajottaminen kuluttaa alusveden happivarantoja. Merestä loppuu ennen pitkää happi, ellei Tanskan salmista saada riittävin väliajoin hapekasta suolapulssia. (Kosenius, 2010, s. 23.)

Suolapulssit ovat erittäin harvinaisia ja niitä syntyy epäsäännöllisesti. Talvimyrsky voi synnyttää Itämereen vähintään kahden viikon kestoisen suolapulssin, jonka massan tilavuus voi olla noin 100–500 kuutiokilometriä suolaista valtamerivettä. Viimeisin suolapulssi Itämerellä on ollut talvella 2014–2015 ja sitä ennen vuosina 2003 sekä 2008. Pulsit ovat Itämerelle elintärkeitä, sillä ne tervehdyttävät myös syvänteissä seisovaa vettä. Syvänteiden vesissä on erityisen huono happitilanne ja suolapulssien myötä myös eliölajit voivat paremmin. Erityisesti turskan vointi on suolapulsseista riippuvainen. (Laine, 2016, s. 22–23.) Hapen loppuminen on merelle erityisen haitallista. Meren pohjaeläimet kuolevat ja pohja muuttuu elottomaksi. Pohjasta liukenee myös sinne kertyneitä ravinteita takaisin meriveteen. Tämä on yksinkertaisuudessaan Itämeren sisäistä kuormitusta. Ravinteet kiihdyttävät Itämeren rantavyöhykkeen leväkasvua ja aiheuttavat ulapalla planktonlevän massaesiintymiä. Näitä kutsutaan leväkukinnoiksi. (Kosenius, 2010, s. 24.)

Koseniuksen (2012, s. 24–25) mukaan Itämeren leimallisimpia erikoispiirteitä ovat sen mataluus, vähäsuolaisuus sekä meren pieni koko. Keskisyvyys Itämeressä on vain 54 metriä Atlantin ollessa keskisyvyydeltään lähes neljä kilometriä. Itämeren pintaveden suolapitoisuus on keskimäärin noin 6 promillea vastaavaan valtameren 35 promilleen verrattuna. Suolaisinta vettä Itämerestä löytyy sen eteläiseltä puolelta ja vähäsuolaisinta Perämereltä. Tästä syystä Perämerellä on suppein lajisto. Itämeri on hyvin erikoinen meri, sillä se on maailman ainoita merialueita, jossa merikalat, järvikalat, valtameren lintu sekä sisävesille ominaiset linnut jakavat saman ympäristön.

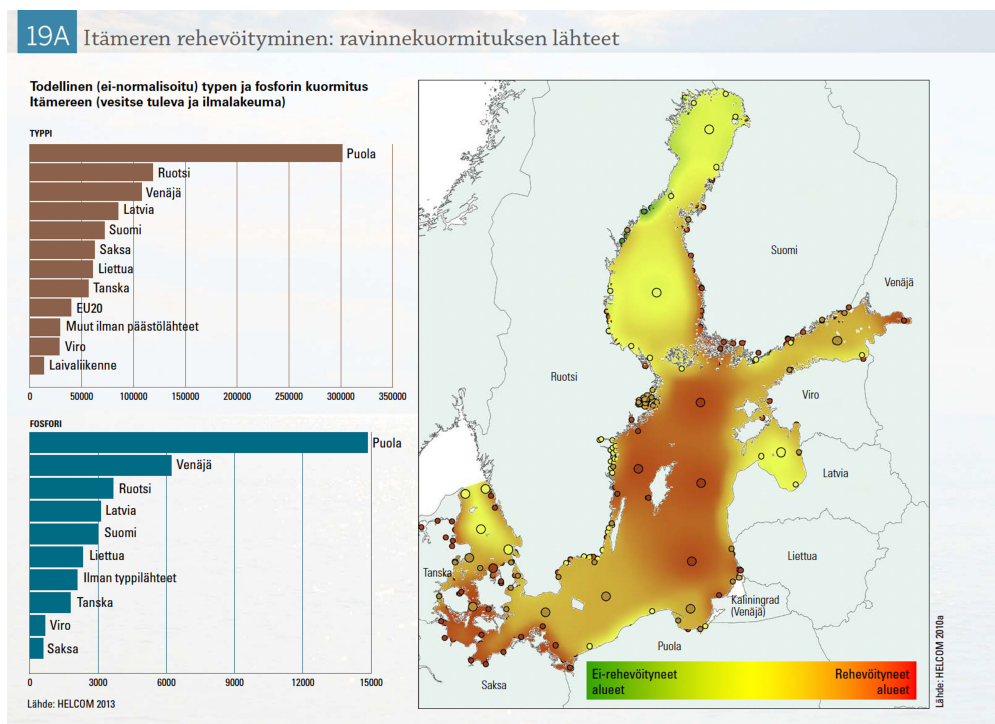
Itämeri on käynyt viimeisen sadan vuoden aikana läpi monia taloudellisia sekä yhteiskunnallisia muutoksia. Näiden seurauksena Itämeren tila on muuttunut valtavasti. Tämä on herättänyt kansalaisissa suojelutahtoa, mutta Itämeren ekologinen yleistila on jo niin heikko, ettei sen pelastamiseen löydy yhtä ratkaisua. Viime vuosina Itämeren suojelusta on keskusteltu paljon ja kansalaiset, poliitikot, järjestöt sekä Itämeren rantavaltiot ovat hyväksyneet useita kansainvälisiä suojeluohjelmia. (Kosenius, ym. 2010, s. 7.) Itämeri on yksi eurooppalaisista sisämeristä ja sen valuma-alue ulottuu Norjan tuntureilta Ukrainaan sekä Jyllanin niemimaalta Äänisen taakse. Itämeren valuma-alueella asuu yli 85 miljoonaa ihmistä ja se on monille ihmisille hyvin arvokas. Meren arvokkuutta voidaan tarkastella sen maisema-arvon, kulttuuriarvon, kalastusarvon, virkistysarvon tai pelkäämään sen olemassaoloarvon osilta. Arvot ovat yksilöllisiä ja ne ovat osaltaan määrittämässä sitä, minkälaisin toimin Itämeren tilaan halutaan myötävaikuttaa. (Kosenius, 2010, s. 12–14.)

4.2 Itämeren rehevöityminen

Itämeren suojelusta ja rehevöitymisestä kannettu huolta ja keskusteltu laajasti viimeisen kolmenkymmenen vuoden ajan. Itämeren suojelua edistämään on perustettu vuonna 1974 oma organisaatio Helcom, mikä toimii Itämeren merellisen ympäristön suojelukomissiona. Monista toimista huolimatta Itämeren tila on edelleen epävakaa. Suojelusopimuksia ei ole noudatettu, eivätkä useat valtiot aio toteuttaa Itämeren uutta toimintasuunnitelmaa (BSAP). Ympäristöpolitiikka ei ole mutkatonta. Itämerta tutkitaan, mutta tieto ja halu toimia rehevöitymisen ehkäisemiseksi ei näytä kulkeutuvan päätöksiin saakka. Euroopan päättäjät eivät tiedä, mitä Itämeren tilalle pitäisi tarkalleen ottaen tehdä. Ongelmana on myös se, että politiikan kentällä taloudelliset edut ovat usein päätöksenteon merkittävimpiä tekijöitä. (Ollikainen, 2010 s. 64.)

Itämeri rehevöityy useista syistä. Leväkukinnat aiheuttavat Ollikaisen (2010, s. 66) mukaan Itämeren rehevöitymisen noidankehän. Noidankehällä tarkoitetaan tapahtumaketjua, jossa fosforikas vesi nousee pintavesiin. Kesän tullessa vedet lämpenevät ja sini-leväkukinnot alkavat muodostua. Kukinnat hyödyntävät kasvuunsa ilman typpeä ja veden liukoista fosforia. Ilmojen viiletessä leväkukinta loppuu, levämassat painuvat pohjaan ja hajotessaan vapauttavat veteen suuria määriä typpeä. Kevätkukinta tarkoittaa leväkukinnan vuosikierron alkua, mikä kuluttaa vedessä olevan liukoisen typen. Levien kuoltua ne painuvat pohjaan ja hajoavat vähentäen pohjakerroksen happipitoisuuksia. Mitä vähemmäksi hapekkaat alueet pohjakerrassa käyvät, sitä enemmän merenpohjasta liukenee sinne sitoutunutta fosforia. Tämä kiertokulku aiheuttaa Itämereen sisäisen kuormituksen. (Ollikainen, 2010, s. 66.)

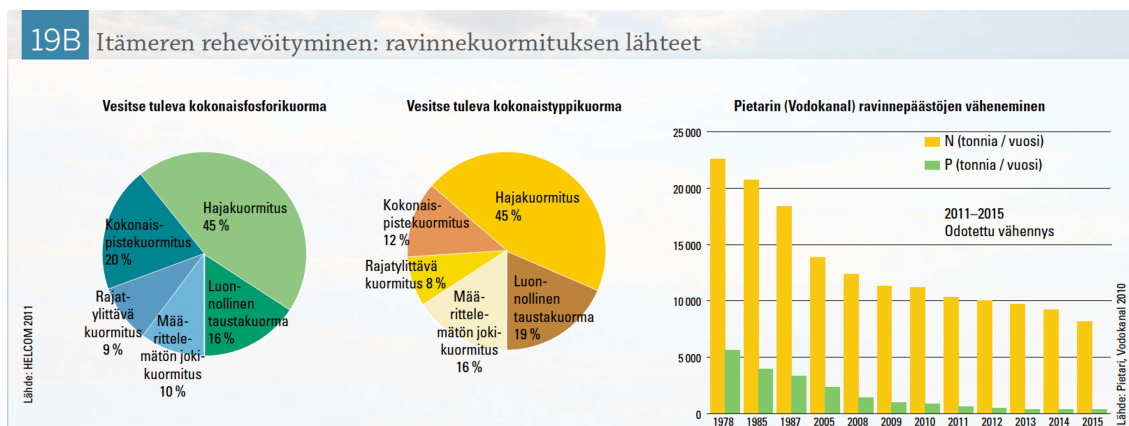
Jos Itämeren rehevöitymistä pyritään torjumaan, tulisi fosforin sekä typen päästöjä rajoittaa. Tähän saakka rantavaltioissa on keskitytty vähentämään pääosin vain fosforipäästöjä, mutta noidankehän kulkua tarkastellessa huomataan myös typen merkittävä vaikutus. Selkeitä rajoittavia toimia tulisi tehdä myös Itämeren omistajien kanssa. Itämerellä on yhteisomistusluonne ja sillä on monia käyttäjiä. Itämeren suuria kuormittajia ovat erityisesti Venäjä ja Puola, jotka saastuttavat erityisesti Suomen ja Ruotsin vesialueita. Tämä on Pohjoismaista tarkasteltuna epäreilua, sillä kuormittajat säästävät rahaa vähemmällä puhdistustoimillaan. Kuormittajamaat eivät kannu vastuuta rehevöitymishaitasta samalla tavalla kuin haitankärsijät. Kuormittajat ovat usein köyhempiä valtioita ja uuden taloudellisen nousun alussa. Haitoista kärsivät valtiot ovat taas vauraampia. (Ollikainen, 2010, s. 67–68.)



Kuva 1. Itämeren ravinnekuormituksen lähteitä. (Furman, E., Pihlajamäki, M., Välipakka, P. & Myrberg, K, 2014, s. 19)

Furman ym. (Kuva 1) esittävät kaaviossaan Itämeren rehevöitymisen tilaa eri valtioiden osalta. Ravinnekuormituksen lähteenä tarkastelun kohteena ovat typin ja fosforin pitoisuudet. Kaaviosta huomataan, että valtiokohtaiset ravinnekuormitusten määrät eivät mene tasan. Puola johtaa sekä typin että fosforin suurilla pitoisuuksilla ja Viron ravinnekuormituspitoisuudet ovat molemmissa kaavioissa Itämeren valtioista pienimpien joukossa. Suomen pitoisuudet ovat yhdeksästä maasta molemmissa kaavioissa viidenneksi suurimpia. Suomen typpi- ja fosforipäästöt ovat olleet vuonna 2014 keskitasoa muihin Itämerta saastuttaviin maihin verrattuna.

Ollikaisen (2010, s. 73–75) mukaan maatalous kuormittaa Itämerta laajimmin Tanskan, Ruotsin ja Suomen kaltaisissa maissa. Näissä maissa ravinnekuormituksen rajoittaminen on todettu hankalaksi. Suomessa maatalouden aiheuttama typpikuormitus on kasvanut. Typpikuorman hallintaa vaikeuttaa se, että maatalouden ravinnepäästöt ovat usein hajanaisia. Hajakuormitus tarkoittaa sitä, että ravinnepäästöt tulevat koko peltopinta-alalta ja ovat samalla sääoloista riippuvaisia. Niiden mittaaminen on siis erityisen hankalaa, mistä johtuu myös rajoittamistoimien määrittelyn problemaattisuus.



Kuva 2. Itämeren ravinnekuormituksen ilmenemistavat. (Furman, E., Pihlajamäki, M., Välipakka, P. & Myrberg, K, 2014, s. 19)

Furman ym. (Kuva 2) avaavat vesitse tulevaa kokonaisfosforikuormaa, josta hajakuormituksen prosenttiosuus on 45 %. Kokonaispistekuormitus on fosforin suhteen 20 %. Typin kuormituksen syntyä tarkastellessa huomataan hajakuormituksen olevan myös 45 %. Vesitse tuleva typin kokonaispistekuormitus on taas vain 12 %.

4.3 Kalakantojen tila

Tammisen ja Norkon (2010, s. 42) mukaan biodiversiteetti kuvaa elollisen luonnon monimuotoisuutta. Pohjimmiltaan monimuotoisuus kuvaa eliölajien lukumäärää tietyllä alueella. Itämeren monimuotoisuus on sen murtovesiominaisuuden suhteen valtava. Itämeressä nähdään monimuotoisuuden jatkumo. Ekosysteemien toiminta on sitä vaihtelevampaa mitä runsaampi eliöyhteisö ympäristössä vallitsee. Tämä on suoraan yhteydessä luonnonvarojen riittävyyteen ja luonnon annista hyötymiseen. Itämeren kalasto on Kuikan (2010, s. 134–135) mukaan erikoinen, sillä Itämeressä elää ja kasvaa sen vähäsuolaisuuden takia myös tavallisesti sisävesissä esiintyviä kaloja. Itämerestä voidaan löytää esimerkiksi siikaa, muikkuja tai harjuksia. Moni merikala on myös saanut Itämeressä eläessään erikoisia piirteitä, jotka ilmenevät mädin kellumisen vaihteluina, kute-misvaihteluina sekä tartuntatautien sietämisenä. Itämeren suolaisuuden sekä happipitoisuuden muutokset ovat vaikuttaneet kalastoon suoraan sekä ravinnon välityksellä. Rehevöityminen on myös muuttanut useiden lajien lisääntymisoloja. Erityisesti lämpötilanvaihtelut ovat osaltaan vaikuttaneet rannikkolajien lisääntymisominaisuuksiin. (Kuikka, 2010, s. 134–135.)

Riista- ja kalatalouden tutkimuslaitos tarkkailee kalakantojen tilaa Suomessa eri kalalajien välillä. Vertailen seuraavaksi Raitaniemen ja Mannisen (2013, s. 6–10) laatimaa raporttia kalakantojen tilasta vuonna 2012 vuoden 2019 samaiseen raporttiin. Vuonna 2012 Itämerestä saatiin silakkaa saaliiksi 256 000 tonnia. Määrä oli 9 % enemmän aikaisempaan vuoteen verrattuna. Silakkasaalishuippu on ollut Itämerellä 1980-luvulla, jolloin määrä oli 471 000 tonnia. Suomen osuus Itämeren silakkasaaliista oli 46 %. Suomalaiset pyytävät silakkaa eniten Selkämereltä ja vuonna 2012 noin 80 % silakasta kalastettiin sieltä. Raitaniemi ja Sairainen (2020, s. 3–6) ovat laatineet samaisen kalakantojen tilan raportin vuodelta 2019 sekä ennustaneet kalakantojen tilaa vuosille 2020 ja 2021. Itämeren silakkasaalis oli suurempi vuoden 2012 tilanteeseen verrattuna. Vuonna 2019 Itämeren silakkasaalis oli 334 000 tonnia, mikä on noin 71 % 1980-luvun silakkasaaliin huippuvuosista. Raitaniemi ja Sairainen (2020, s. 3–6) toteavat Itämeren pääaltaan sekä Suomenlahden silakkakannan vahvistuneen vuosituhannen vaihteen heikoimmasta tilanteesta. Pohjanlahden silakkasaalis pieneni edellisvuoteen verrattuna.

Biomassaltaan silakka ja kilohaili ovat Itämeren tärkeimmät kalalajit. Pohjanmereltä suuntaavat suolapussit sekä vaihtelut turskakannassa ovat vaikuttaneet voimakkaasti juuri silakan ja kilohailin lisääntymiseen. (Kuikka, s. 137.) Kuikan (2010, s. 139) mukaan kalakantoja säädellään tehokkaasti silloin, kun kaloja haittaavat ympäristötekijät vaikuttavat lajin lisääntymiseen. Ympäristötekijät tarkoittavat erityisesti säätilaa sekä suolaisuuden vaihtelua. Kalastuksen vähentämisellä ja rajoitusten tekemisellä pyritään kasvattaa esimerkiksi turskakantaa. Tarkoituksena on pyydystää turskat hieman varttuneempina, jotta jokainen turska kasvattaisi ainakin yhden jälkeläisen. Mitä enemmän jälkeläisiä Itämereen saadaan, sitä paremmin kestävä kalastus voidaan turvata.

Silakoiden tilanteessa yhtenä vuonna kutevan parin poikasista kuolee nuorena moni yksilö. Vähemmän kuin kaksi silakkaa kasvaa aikuiseksi. Tämä johtaa siihen, että silakoiden on lisääntyttävä enemmän kuin kerran elämässään, jos halutaan, että silakkakanta pysyy vakaana ja otollisena kestäväälle kalastukselle. Silakoilla on tiivistettynä heikko tuottavuus. Silakkakantojen kasvattamisen korjaaminen on vaikeampaa kuin esimerkiksi lohella, sillä silakkakantojen pienenemiseen vaikuttaa vahvemmin epäsuotuisat ympäristöolot. (Kuikka, 2010, s. 140.) Yksi syy silakan lisääntymistehokkuuden heikentymiselle on rehevöityminen. Silakan sopivat kutualustat ovat vähentyneet rehevöitymisen myötä. (Kuikka, 2010, 147.)

Kuikka (2010, s. 142) tiivistää kalan pyyntikoon säätelyn selkeästi vähintään yhden kutukerran periaatteeseen. Periaatteen tarkoitus on, että kalojen alमितat sekä verkkojen

silmäkoot säädetään siten, että kalat ehtisivät lisääntyä vähintään kerran ennen kalastusta. Tämä ajattelutapa rajoittaa erityisesti isojen kalojen pyyntiä. Liian aggressiivinen pieniin kaloihin kohdistuva pyynti voisi vähentää isojen kalojen määrää niin paljon, että pelkkä isojen kalojen suojele ei riittäisi turvaamaan kalakannan säilymistä.

5 Ekososiaalinen näkökulma ruoanvalintaan

Ekososiaalisesti sivistynyt ihminen omaksuu Salosta ja Bardya (2015, s. 4) mukaillen uudenlaisen sivistyskäsityksen, jossa hyvää ja tarpeita täyttävää elämää tavoitellaan maapallomme rajoissa. Tällä tapaa sivistynyt ihminen tunnistaa havaittavat keskinäisriippuvuudet sosiaalisen, taloudellisen ja ekologisen todellisuuden välillä. Ekososiaalinen sivistys varmistaa näin osaltaan myös talouden toimintaedellytykset. Hailan (2009, s. 262) mukaan ekososiaalinen näkökulma tarjoaa mahdollisuuden selvittää sitä, millä tavoilla tietyt ekologiset prosessit vaikuttavat yhteiskunnalliseen kehityskulkuun. Ekososiaalisen tutkimuksen tavoite on saada selville luonnossa ja yhteiskunnassa tapahtuvien prosessien yhteispiirteitä. Ekososiaalinen näkökulma katsoo luonnon olevan läsnä kaikissa inhimillisissä toimissa ja tilanteissa.

Kalatuotanto, liikakalastus ja kalaan liittyvät ruokavalinnat ovat yhteydessä ympäristön tilaan ja ongelmiin. Jotta ympäristöongelmiin löydettäisiin tyydyttävä ratkaisu, tarvitaan tietoa sekä luonnon että yhteiskunnan prosesseista. Ongelmanratkaisua vaikeuttaa se, että ihmisten näkemyksissä ympäristöongelmien vakavuuden suhteen tapahtuu jatkuvasti muutoksia. Mikään ei ole pysyvää ja ekososiaalinen näkökulma pyrkii tuomaan muutosilmiöihin tarkempaa näkökulmaa. (Haila, 2009, s. 261–262.)

Haila (2009, s. 263–264) avaa ihmiskehon sisäisen fysiologian yhteyttä ulkopuoliseen ympäristöön. Keho tarvitsee toimiakseen aineksia ympäristöstä ja lopulta tarvittavat raaka-aineet poistuvat kuonana kehämäisestään takaisin tarpeellisten aineiden hyödyntämisen jälkeen. Tämä kiertokulku pitää toisaalta yllä ihmisyyhteisöjen toimeentulon rakennetta. Kiertokulkua tarkastelemalla ymmärretään fysiologian olevan ympäristösuhteiden organismin perusta. Yhteisöjen toiminta on ekososiaalisesta näkökulmasta katsottuna luonnosta peräisin. Ihmisten toiminta sekä ihmisyyhteisöjen tuottama kuona-aines päättyy takaisin ympäristöön. Kiertokulku mahdollistaa yhteisöjen toimeentulon, mutta tuo samalla vastuun kiertokulun kestävydestä. Ihmisten ekologia on sisäistyneenä inhimilliseen toimeentuloon, mikä tulisi suorittaa vastuullisesti ympäristöä kunnioittaen. Populaation inhimillinen selviytyminen on täysin luonnosta riippuvaista ja tämä korostaa kestävien kulutustottumusten kannattamisen tärkeyttä.

Salonen ja Bardy (2015, s. 6) listaavat artikkelissaan elämää ylläpitävien tekijöiden tärkeysjärjestystä. Ravinnontuotanto Suomessa ja muualla maailmassa edellyttää maaperän uudistumista ja sopivaa ilmastoa. Hyvinvointivaltioiden talouden kehitystä ei estä nykyisin heikko teknologia. Estäviä tekijöitä ovat raaka-aineiden vähentyminen, metsien

häviäminen, kalastojen hupeneminen sekä laskeva pohjavesi. Näiden hälyttävien ilmiöiden vuoksi ekososiaalisuuden ymmärtäminen ja sen mukaisen sivistyskäsityksen muodostaminen on tärkeää.

Ihmiset ovat olleet pitkään taitavia muokkaamaan ympäristön olosuhteita sekä hyödyntämään ekosysteemien biokemiallista energiaa syötäväksi soveltuviin muotoihin. Ihmisen on ollut pakko jalostaa kasvi- ja eläinlajeja, jotta energiantarpeet tulisivat tyydytyksi. Ruoan säilömistä menetelmät ja säilytysastioiden kehittäminen on mahdollistanut ja monipuolistanut orgaanisen energian varastointia. Ekososiaalisesta näkökulmasta toimintatavassa korostuu ihmisen kehittyneet taidot muokata epäorgaanisista energianlähteistä käyttökelpoista materiaa. (Haila, 2009, s. 267.) Käyttökelpoisen materiaalin muokaus ei toteudu etenkään länsimaissa maapallolle kestävästi. Ekososiaalinen ajattelu sekoitetaan usein kestävä kehityksen ajatukseen ja tätä kritisoidaan monesta syystä. Kestävä kehitys ja sen mukaisiin yhteiskunnallisiin sopimuksiin sitoutuminen lupaa usein muutoksia, mutta yksityiskohtaisten keinojen noudattaminen ja konkreettiset toimet voivat jäädä toteutumatta. Ekososiaalinen näkökulma pyrkii tuomaan kestävä kehityksen sekä ekologisuuden ihmistä lähemmäksi ja korostaa paikallisen ympäristön suoraa vaikutusta ihmisen hyvinvointiin, niin sosiaalisella kuin ekologisellakin tasolla. (Närhi, 2004, s. 38–39.)

Hailan (2009, s. 268) artikkelin kautta voidaan ymmärtää silakan hyödyntämisen ja ympäristönsuojelun yhteyttä. Mutualismin pisimmälle kehittynyt muoto eli symbioosi tarkoittaa molempia osapuolia, eli Itämerta ja silakkaa hyödyttävää yhteiseloja. Tässä ekologisesti tärkeässä vuorovaikutussuhteessa synnytetään toisiinsa tiukasti limittyneitä lajiryhmien kokonaisuuksia, joissa toisista hyödytään. Voidaan ymmärtää, että silakka täyttää ihmisravintona energiantarpeen ja on raaka-aineena terveellinen. Saman aikaisesti silakan kalastuksella ylläpidetään Itämeren kuntoa, sillä silakan syöminen poistaa Itämerestä ravinteita. Liialliset fosforin ja typin pitoisuudet meressä rehevöittävät vesistöjä ja silakka sitoo itseensä paljon fosforia. Kestävällä kalastuksella voidaan puhdistaa merta liikaravinteista. Vähemmän arvostetun kalan, kuten silakan ja lahnan pyynnillä merestä poistuu ravinteiden lisäksi sisäisen ravinnekuormituksen ongelma. Pohjaravintoa käyttävät kalat siirtävät meren pohjaan varastoituneita ravinteita ulosteiden ja eritteiden kautta takaisin kierto, kun ne sekoittavat pohjasedimenttiä. Jos kalabiomassa alentuisi 300 000 kilogrammalla Saaristomeren alueella, alentuisi myös noin 9 % kalankasvatuksen aiheuttamasta ulkoisesta fosforikuormituksesta. (Mäkinen, 2008, s. 31.)

Ihmisyhteisöt ovat harjoittaneet ympäristön hyödyntämistä omien tarpeidensa täyttämiseen kautta aikojen. Alun perin se on ollut suoraa jatkoa muiden organismien pyrkimykselle muokata elinympäristöään sekä ottaa valtaansa ympäristön tarjoama ravinto ja energia. Ihmislajin varhaisimmissa vaiheissa ympäristöstä hyötyminen on ollut hyvin paikallista ja muodostanut symbioottisia suhteita. Hyötysuhteet ovat lopulta ylittäneet paikalliset rajoitteet ja yhteisöjen välinen vaihto ja kaupankäynti ovat ottaneet tehokkaampia muotoja. Ympäristön kapasiteetti ja energian tarjonnan rajoitteet ovat nousseet esiin ja symbioottinen suhde on muodostunut paikoin haitalliseksi. Ihmisen monopolisoiva asema on osoittautunut luonnon monimuotoisuuden uhaksi. (Haila, 2009, s. 72–73.)

Matthies, Närhi ja Ward (2001, s. 26) avaavat ekokriittisen lähestymistavan periaatteita, missä korostuu ekologisuuden ja sosiaalisen hyvinvoinnin suhde. Ekokriittinen lähestymistapa painottaa sitä, että esimerkiksi sosiaalityön eri osa-alueiden tulisi olla tietoisia ympäristökysymyksistä ja kannustaa näiden parissa työskentelemiseen. Näin ravinnon hankinta ottaisi ekologiset aspektit paremmin huomioon. Ravinnon hankinta edellyttää Hailan (2009, s. 276) mukaan edelleen tarkkaa valikoitavuutta ympäristön olosuhteisiin nähden. Organismien täytyy erottaa haitalliset ja edulliset tekijät toisistaan, liikkua paikasta toiseen ja tunnistaa ympäristöjen olennaisimpia eroja ravinnon hankinnan suhteen. Esimerkiksi kaloista puhuttaessa tietyn alueen kalat keräävät enemmän haitallisia vierasaineita itseensä, kun puhtaammilla vesialueilla kasvaneet. Ravinnon hankinta ja tuotantotavat näyttäytyvät moninaisia, kun niitä tarkastellaan laajasti. Haitallisia tekijöitä on Hailan (2009, s. 276) mukaan pyrittävä välttää ja suosia edullisempia. Asiat ovat harvoin yksiselitteisiä. Tämä huomataan erityisesti ekososiaalisesta näkökulmasta katsottuna, jossa ihmiskunta liitetään aina luonnon ja yhteiskunnan symbioottisiin suhteisiin.

Haila (2009, s. 279) kirjoittaa, että ihmiset ovat evoluution näkökulmasta katsottuna olleet taitavia valjastamaan ympäristön tarjoamia energianlähteitä, jotta he saisivat inhimilliset tarpeensa tyydyttyiksi. Yhteiskunnat ovat muuttaneet ja hallinneet laajoja aloja ympäristössään. Haittapuolena voidaan huomata, että liiallinen valta-asema ja raaka-aineiden hyödyntäminen koituu lopulta ihmiskunnan oman ekologian uhaksi. Maapallon resurssit eivät kestä ja tästä syystä ekososiaalisten yhteyksien tarkastelu on ilmastokriisien keskellä erittäin tärkeää.

Tiivistettynä tutkimukseni teoreettinen viitekehys nojaa ekososiaaliseen näkökulmaan, joka pyrkii selittämään sitä, millä tavoilla tietyt ekologiset prosessit vaikuttavat yhteiskunnalliseen kehityskulkuun. Ekososiaalinen tutkimus selvittää luonnossa ja yhteiskunnassa

tapahtuvien prosessien yhteisiä piirteitä. (Haila, 2009, s. 262.) Ekososiaalisuus valikoituu tutkimukseeni siksi, koska Itämeren rehevöityminen sekä kuluttajien muuttuvat kalavalinnat muodostavat mielestäni ekososiaalisen ilmiön. Tarkastelussa olennaisena osana ovat informantit, eli tavalliset ihmiset. Ihmiseen kokemuksiin on perehdyttävä syvällisesti, jotta niistä saataisiin tutkimukselle olennaista tietoa. Tutkimukseeni saa fenomenologis–hermeneuttisia piirteitä, jossa tutkimuksen kohteena on elämismaailma, eli tutkittavan suhde omaan elämistodellisuuteensa. (Tuomi & Sarajärvi, 2003, s. 34). Tutkittavien silakkaan liitetyt mielikuvat ja niiden syvälinen tutkiminen perehdyttää tutkijan informantien elämistodellisuuteen, jolloin teoriataustan kannalta on olennaista hyödyntää fenomenologis–hermeneuttista viitekehystä. Tutkimuskysymyksissä toistuu fenomenologis–hermeneuttiseen tutkimusperinteeseen liitettävät ilmiöt, kuten mielikuvat, suosimisen perusteet sekä erilaiset käsitykset. Käsittelen tutkimuskysymyksiä sekä tutkimustehtävää laajemmin seuraavassa luvussa.

6 Tutkimustehtävä ja tutkimuskysymykset

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on selvittää silakan syömiseen ja silakan ympäristövaikutuksiin liitettäviä mielikuvia ja ymmärtää niitä teemahaastattelun avulla. Tutkimus on etnografiasävytteinen tapaustutkimus ja aineisto kerätään vapaan sivistystyön kautta. Kiinnostus tutkimusaiheeseen kumpuaa opiskeluaikani suoritetuista harjoiteluista. Olen saanut oman kotitalousopettajakoulutuksen aikana mahdollisuuden osallistua kolmeen opetusharjoittelujaksoon ja jokaisen harjoitteluni aiheena on ollut ainakin osittain kala. Kalan syömisen vaihtelevat määrät, tiettyjen kalalajien suosiminen ja kalaan liitettävät mielikuvat ovat herättäneet mielenkiintoni. Erityisen mielenkiintoiselta on tuntunut vesistöjen rehevöitymisen biologia sekä sen syvällisempi ymmärrys. Tuntuu siltä, että monet ymmärtävät vesistöjen elinehtoisen olemuksen ihmiskunnan kannalta, mutta käytännön tasolla ympäristöön vaikuttavat arkiset kalavalinnat voivat olla biodiversiteettiä ja ympäristön ekologista tilaa uhkaavia.

Pyrin tutkielmassani kuvaamaan, analysoimaan ja tulkitsemaan tekijöitä, jotka selittävät silakan valikoitumista arkisen ruoanvalmistuksen raaka-aineeksi. Lisäksi kartoitan vallitsevia käsityksiä silakan ympäristövaikutuksiin liittyen. Pyrin selvittämään tutkimustehtävää seuraavien tutkimuskysymysten avulla:

1. Minkälaisia mielikuvia silakkaan liitetään?
2. Miksi silakkaa suositaan/ei suosita kalalajina?
3. Minkälaisia käsityksiä silakan ympäristövaikutuksista vallitsee?

Tutkimuskysymykset juontuvat aiemman tutkimustiedon perusteella sekä teoreettisista lähtökohdista, joita olen avannut tutkielman teoriaosuudessa. Haluan tutkia aihetta syvällisesti ja selvittää vanhemman ikäpolven silakkaan liitettäviä käsityksiä, tapoja sekä mielikuvia. Olen myös kiinnostunut selvittämään informanttieni arvoja, tietoa ja tottumuksia kestäviin kalavalintoihin liittyen.

Ekososiaalisen näkökulma on ollut taustoittamassa ensimmäistä tutkimuskysymystäni. Kysymys pohjautuu hypoteesiin, jossa oletetaan, että pääkaupunkiseudulla ja meren äärellä asuminen selittäisi informanttien kalankulutusta. Näin veden äärellä asuvien kalankulutustottumukset johtuisivat lähiympäristön tarjoamien raaka-aineiden, eli kalan ansiosta. Mielikuvat muokkaavat tekojamme, joten koen niiden selvittämisen tarpeelliseksi.

Myös silakkaruokiin liittyvät muistot saattavat muokata aikuisuuden ruokailukäyttäytymistä. Tästä syystä on mielenkiintoista selvittää, ovatko joidenkin asenteet silakkaan muuttuneet vahvasti heidän elämänsä aikana. (kts. luku 2.1.)

Toinen kysymys silakan suosimisesta kalalajina on tärkeä, jotta haastateltavien kalavalintojen perimmäiset syyt saataisiin selville. Kun nämä syyt tiedetään, voidaan kartoittaa mahdollisia keinoja, joilla silakan kulutusta voitaisiin lisätä suomalaisten kuluttajien keskuudessa. Tutkimuskysymys *”Miksi silakkaa suositaan/ei suosita kalalajina”* juontuu ruoanvalinnan teoriasta ja ruokavalintoja selittävistä tekijöistä (kts. luku 2.1). Tottumukset ovat yksi suurimpia ruoanvalintoja ohjailevia tekijöitä ja tästä syystä on mielestäni olennaista ottaa kalavalintoihin liittyvät tottumukset ja niiden tarkastelu osaksi pro gradu -tutkielmaani.

Kolmas tutkimuskysymys vallitsevista käsityksistä silakan ympäristövaikutuksiin koskien nostaa esiin tärkeän teeman tutkimustani ajatellen. Kun silakkaa tarkastellaan sen ympäristövaikutusten näkökulmasta, päästään syvälliselle tasolle ekologisten tekijöiden vaikutuksesta ruokavalintoihin. Tässä kysymyksessä yhdistyvät silakan ympäristövaikutukset, joista saadaan tietoa informanttien kautta. Tutkimuskysymys silakan ympäristövaikutuksista ja niihin liitettävistä käsityksistä perustuu tutkittuun tietoon Itämeren ekologisen tilan heikentymisestä (kts. luku 4). Vaikka tietoa on nykyisin paljon saatavilla, on hyvin mahdollista, ettei jokaisen elintarvikkeen ympäristövaikutuksista kanneta huolta. Pyrin muodostamaan tutkimuskysymysten avulla laajan kuvauksen haastateltavien suhteesta silakkaan.

7 Tutkimuksen toteutus

Tarkastelen tässä kappaleessa tutkielman metodologisia valintoja ja niiden sijoittumista tieteelliselle kentälle. Etenen tutkimusstrategian esittelystä aineistonkeruun konkreettiseen toteutukseen sekä aineiston analysointivaiheeseen. Tutkimuskysymyksiin etsittiin vastauksia laadullisten tutkimusmenetelmien avulla hyödyntäen teemahaastattelua.

7.1 Menetelmällinen lähtökohta

Tutkimukseni on laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimus. Laadullinen tutkimus on yleensä aina prosessiluonteinen. Tutkimusotteelle ominaista on halu ja pyrkimys saavuttaa tutkittavien näkemys tutkittavasta aiheesta. Tavoitteena on myös saavuttaa ymmärrys ihmisen toiminnasta rajatussa ympäristössä, mikä rajautuu tutkimuksessani pääkaupungilla asuviin ihmisiin ja heidän ruokavalintoihinsa. (Aaltola & Valli, 2007, s. 70.) Laadullisessa tutkimuksessa tutkimusongelma selventyy ja täsmentyy tutkimuksen edetessä (Aaltola & Valli, 2007, s. 17). Aineiston keruu ja teorian kehittäminen toimivat tutkimuksessani vuorovaikutteisesti, mikä on laadullisen tutkimuksen yksi ominaispiirre (Aaltola & Valli, 2007, s. 71). Laadullisen tutkimuksen lähtökohtana on todellisen elämän kuvaaminen ja kokonaisvaltainen tarkastelu. Tarkoituksena on ymmärtää tutkimuksen kohteena olevien ilmiöiden ja ihmisten toimintaa sekä niille annettuja merkityksiä. Ihminen toimii usein laadullisen tutkimuksen tiedonkeruun välineenä ja tutkittava ilmiö ja sen käsitteellistäminen tapahtuu vähitellen. (Hirsijärvi, ym. 2009, s. 161–164). Laadullinen tutkimus on prosessiluonteista ja työn eri vaiheet nivoutuvat lopulta yhteen tiiviiksi ja ymmärrettäväksi kokonaisuudeksi. Tutkimuksen viitekehystä rakennetaan käytännön kentästä nousevien näkökulmien varaan. (Kiviniemi, 2007, s. 74).

Tutkimukseni nojaa tieteenfilosofisessa tarkastelussa empiriaan, jossa lähtökohtana on tapahtumat todellisesta kokemusmaailmasta. (Puolimatka, 1995, s. 10–11.) Empiirissä tutkimuksessa tutkijan tulee pitää huolta siitä, ettei yksittäisiä henkilöitä pystytä tunnistamaan. Tämä voi olla välillä vaikeaa, sillä analyysin argumentointi nojaa aina yksittäisiin väitteisiin ja sen esittäjän ominaisuuksiin ja ajatuksiin elämästä. (Tuomi & Sarajärvi, 2003, s. 21). Tutkimuksessani on tapaustutkimuksen piirteitä, sillä aineistoni on niin pieni ja perehdyin haastateltavien silakkakäsityksiin syvällisesti. Haastateltavat muokautuvat yhdeksi tapaukseksi, heidän ikänsä, vapaan sivistystyön kurssien sekä silakkamieltymyksensä takia. Kaikki laadullinen tutkimus ei ole tietenkään tapaustutkimusta. Tapaustutkimuksessa keskeistä on tutkittavat tapaukset, sillä aineiston analyysi, tutkimusasetelma ja tutkimuskysymykset perustuvat niihin. (Eriksson & Koistinen, 2014, s.

1.) Eriksson ja Koistinen (2014, s. 1) kuvaavat tapaustutkimusta moniulotteisena ja muuttavana tutkimussuuntauksena. Tapaustutkimus mahdollistaa innostavien ja mielenkiintoisten tutkimusten tekemisen.

Tuomi ja Sarajärvi (2003, s. 34) avaavat fenomenologista tutkimusta, jossa tutkimuksen kohteena on elämismaailma, eli ihmisen suhde omaan elämistodellisuuteensa. Fenomenologisen tutkimuksen kannattajat katsovat elämyksellisyyden ja kokemuksellisuuden olevan perusmuoto ihmisen maailmasuhteelle. Täten ihmistä voitaisiin ymmärtää parhaiten tutkimalla tarkemmin hänen maailmasuhdettaan. Fenomenologinen teoria merkityksistä rakentuu perusajatuksen pohjalle, jossa ajatellaan ihmisten toiminnan olevan suurelta osin tietoista, eli intentionaalista ja hyvin tarkoituksenmukaisesti suuntautunutta. Myös yhteisöllisyys korostuu fenomenologisessa merkitysteoriassa. Ihminen kasvaa yhteisössä, jossa merkitykset syntyvät ja muokkautuvat yhteisöllisesti ja subjekteja yhdistellen.

Fenomenologisen tutkimuksen tulkintavaiheessa täytyy ottaa tulkinnan tarpeen vuoksi mukaan hermeneuttinen ulottuvuus. Hermeneutiikka tarkoittaa näin tulkinnan ja ymmärtämisen teoriaa, jossa tulkinnalle pyritään etsiä ymmärrettäviä sääntöjä, joilla pystytään arvottamaan tulkintojen oikeellisuus. Tavoitteena on ymmärtää tulkinnoille annettuja merkityksiä ja ajaututaan hermeneuttisen kehän ilmiöön. Ymmärtäminen on hermeneuttisessa kehässä aina tulkintaa ja kaiken pohjalla on jo aiemmin ymmärretyt ilmiöt, eli esiymmärrys. Tutkimustulosten ymmärtäminen ja ilmiöiden avaaminen kehittyy tutkimuksen edetessä ja tätä hermeneuttista kehää kuljetaan kaksitasoisen rakenteen läpi. Tavoitteena on tehdä jo tunnetut asiat tiedetyiksi ja yleisellä tasolla hyväksytyiksi totuudeksi. (Tuomi & Sarajärvi, 2003, s. 35.) Ymmärrän tutkimukseni osaksi fenomenologis-hermeneuttista tutkimusperinnettä sekä tulkinnallista tutkimusta. Kyseinen tutkimusperinne nostaa Tuomen ja Sarajärven (2003, s. 34) mukaan ihmisen tutkimuksen kohteeksi sekä itse tutkijaksi. Tällöin ihmiskäsitys sekä tiedonkäsitys on erityisessä asemassa ja tutkimuksessa korostuvat ihmisten kokemukset, yhteisöllisyys sekä erilaiset merkitykset.

7.2 Aineisto

Laadullinen tutkimus suosii metodeja, joissa tutkittavien äänet pääsevät esiin parhaalla mahdollisella tavalla. Laadullinen tutkimus ei perusta tieteellisyyttään aineiston määrään vaan laatuun. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa perusteellinen analyysi voidaan tehdä jopa hyvin pienestä tapausmäärästä. (Eskola & Suoranta, 2000, s. 18.) Haastateltavia tarvitaan, jotta tutkimusaineistoa voidaan saada. Aineistonkeruun riittävä määrä saavutetaan, kun ollaan saturaatio- eli kylläntymispisteessä. Tällöin uudet tapaukset eivät tuota enää olennaista tai uutta tietoa tutkimusongelmaan. (Eskola & Suoranta, 2000, s. 61–64.)

Haastattelut ovat hyvä tapa päästä lähelle tutkittavien henkilökohtaisia näkökulmia tutkittavasta aiheesta ja ongelmista. (Hirsijärvi, ym. 2009, s. 164.) Teemahaastattelu on Suomessa laadullisista aineistonkeruutavoista suosituin (Aaltola & Valli, 2012, s. 26–28). Teemahaastatteluni aihepiirit oli rajattu ennakkoon ja esitin haastattelukysymykset kaikille informanteille samassa järjestyksessä. Haastattelut muistuttivat keskustelua. Haastatteluteemoina olivat: 1. *Silakkaan liitettävät mielikuvat*, 2. *Kalalajien suosimisen perusteet*, ja 3. *Silakka ympäristövaikutusten näkökulmasta*. Haastattelin tutkittavat puhelimitse ja äänitin haastattelut tietokoneella puhelimen ollessa kaiuttimella. Haastattelut olivat noin puolen tunnin mittaisia.

Ennen teemahaastattelun tekemistä tulee pohtia sitä, miten ja mistä haastattelun teemat rakentuvat ja mihin tieteelliseen teoriaan ne pohjautuvat (Tuomi & Sarajärvi, 2003, s. 35). Haastattelukysymysten tulee vastata tutkimuskysymyksiin ja tutkimuskysymyksille epäolennaisia haastattelukysymyksiä tulee välttää. (kts. Liite 1). Ensimmäinen teema silakkaan liitettävistä mielikuvista valikoitui tutkimukseeni, koska tarkastelin ruokavalintojen perusteita tutkielman alun teoriaosuudessa. Kalalajien suosimisen perusteet liittyivät toisena teemana olennaisesti ekososiaalisen teorian ihmisyhteisöjä ja luontoa yhteen sitoviin tekijöihin ja vuorovaikutussuhteisiin. Silakka kokosi sen ympäristövaikutusten tarkastelulla yhteen teoriataustan biologisemman katsauksen Itämeren ekologisesta tilasta ja silakan yhteydestä luonnon monimuotoisuuden säilyttämiseen. Haastatteluteemojen teoriapohjaa on hyvä miettiä siksi, koska laadullisessa tutkimuksessa juuri tutkimusongelma sitoo tutkittavan kokonaisuuden yhteen ja oikeuttaa teemahaastatteluissa (kts. Liite 1.) erilaisten kysymysten esittämiseen (Tuomi & Sarajärvi, 2003, s. 35.)

Kiinnostus tutkimustehtävää kohtaan nousi omista vähäisistä silakkakokemuksistani. Perehdyin kala-aiheeseen enemmän opintojeni alussa, sillä aikuispuolen harjoittelun en-

simmäisen opetuskerran aiheenani oli silakka ja muikku. Päätin yhdistää harjoittelujakson tarjoamat mahdollisuudet tutkielman tekemiseen ja keräsin tutkielmaani tarvittavat informantit vapaan sivistystyön kautta. Haastateltavistani kolme oli kala-aiheisella kursillani vapaassa sivistystyössä, joten pääsin tekemään informanttien kalankäsittelystä ja kalaan liitettävistä mielikuvista havaintoja myös käytännössä.

Kalakurssilla tehtyjen huomioiden ansiosta tutkimukseni saa etnografissävytteisiä piirteitä. Etnografia perustuu Hämeenaho ja Koskinen–Koiviston (2018, s. 8) mukaan aina empiriaan. Tutkimustavassa myös tutkittavien kanssa syntyvällä vuorovaikutuksella on merkitystä koko tutkimusprosessille. Etnografia on tutkimusmenetelmänä yllätyksellinen ja vaikeasti ennakoitavissa. Tutkija on etnografisissa tutkimuksissa kysymysten esittäjä, kentän määrittelijä sekä tulkintojen tekijä. Olisin halunnut ottaa tutkimukseen mukaan enemmänkin etnografisia piirteitä, mutta yhden opetuskerran kalakurssi ei ollut mielestäni tarpeeksi kattava etnografisen aineiston keräämiseen. Etnografiset aineistot ovat usein pitkällä aikavälillä kerättyjä. Lisäksi ne sisältävät paljon osallistuvaa havainnointia. Erityisesti havainnoinnin määrittellään tekevän etnografiasta etnografiaa. (Hämeenaho & Koskinen–Koivisto, 2018, s. 11).

Etsin tutkimustehtävääni vastauksia teemahaastattelun avulla, joten ensiksi oli hankittava joukko haastateltavia. Etsin haastateltavia vapaan sivistystyön kautta omilta opetuseroiltani. Kerroin jokaisen kurssin aluksi olevani opinnoissani gradunkirjoitusvaiheessa ja avasin tutkielmani aiheita. Tämä tapahtui usein myös kurssin ruoanvalmistustehtävien lomassa, jotta tutkielman teko ja haastatteluun osallistuminen ei tuntuisi kurssilaisista liian formaalilta. Halusin heidän kokevan, että haastatteluun osallistumien on mukava tapa pysähtyä miettimään kalaa, ruokavalintoja ja kalavalintojen merkitystä syvällisemmällä tasolla. Tein haastateltavien yhteystiedoille koristeellisen kansion ja haastatteluun osallistuvat kurssilaiset saivat kirjoittaa yhteystietonsa kansioon kurssikerran lopulla. Lisäksi kerroin kurssilaisille selkeästi, että heidän tietonsa pysyisivät anonyymeinä. Informanteille kerrottiin, että sukupuoli, ikä ja vapaan sivistystyön tausta olisivat heidän ainoat tutkimukseen tulevat tiedot.

Kaikki informantit olivat kalaorientoituneita, mikä on hyvä asia silakkaa käsittelevää pro gradu -tutkielmaa ajatellen. Laadullista aineistoa kerättäessä haastateltavilla olisi hyvä olla paljon tietoa ja kokemusta tutkittavasta ilmiöstä (Tuomi & Sarajärvi, 2009, ss. 85–86). Kurssilaisten kalaorientaatio tuli ilmi siinä vaiheessa, kun kurssilaiset ilmaisivat suostuvansa haastatteluihin. Haastateltavina oli kolme miestä, 80-vuotias, 77-vuotias ja

71-vuotias. Naiset olivat 68- ja 66-vuotiaita. Haastateltavia oli yhteensä viisi. Opetusker-
tojen harjoittelumuistiinpanot auttoivat ymmärtämään informanttien kalaruokiin ja kala-
ruokien valmistukseen liitettäviä käsityksiä. Kurssilaisten käytännön toiminnassa koros-
tui ruoanvalmistustyön helppouden arvostaminen. Ruoan maku oli kurssilaisten mielestä
tärkein peruste onnistumiselle ja kalojen perkaaminen ei ollut heille ruoanvalmistuksen
tärkein kriteeri. Tärkeintä kurssilla oli hyvät makukokemukset ja tekemisen säilyminen
mielekkäänä. Kurssilaisten kalankäsittelytaidot olivat hyvin eritasoisia ja sain kriittistä pa-
lautetta siitä, että kurssilla kaikki kalat perattiin alusta loppuun saakka itse. Kurssilaiset
kokivat kalojen perkaamisen aikaa vieväksi ja vaivalloiseksi.

Koen kartuttaneeni esiymmärrystä kala-aiheeseen toimimalla aikuisten opettajana yh-
teensä kolmella opetuskerralla opintojeni aikana. Opetustilanteissa olen päässyt konk-
reettisella tasolla tarkkailemaan aikuisten kalankäsittelytottumuksia, kalankäsittelytaitoja
sekä kalaan liitettäviä mielikuvia. Näin konkretia pääsi yhdistymään teemahaastatteluista
nousseen tiedon kanssa uudelle tasolle ja tutkimus sai etnografisia piirteitä. Etnografian
epistemologiset piirteet löytyvät hermeneutiikasta. Tiedontuotanto tapahtuu hermeneu-
tisesti sulavassa vuorovaikutuksessa tutkijan ja tutkittavien ymmärryksen välillä. Syvälli-
sen ymmärryksen saavuttamiseksi hermeneutiikka katsoo ainoan mahdollisen tavan pe-
rustuvan tutkimuskohteen kulttuurikontekstiin perehtymiseen. Tutkittavan sosiaalisesta
ympäristöstä, ajasta ja paikasta täytyy saada tietoa, jotta ihmistä ja hänen käsityksiään
maailmasta voidaan ymmärtää. (Hämeenaho & Koskinen–Koivisto, 2018, s. 14.)

Tuomen ja Sarajärven (2003, s. 76–77) mukaan eri haastattelutavat, kuten teemahaas-
tattelu, lomakehaastattelu sekä syvähaastattelu antavat mahdollisuuden tutkia erilaisia
ilmiöitä ja saada niihin vastauksia. Teemahaastattelu eli puolistrukturoitu haastattelu on
luonteeltaan lähellä syvähaastattelua. Teemahaastattelu etenee etukäteen valittujen
teemojen sekä tarvittavien tarkentavien kysymysten kautta. Myös vuorovaikutuksella on
osuutta teemahaastattelun muotoutumiseen. Teemahaastattelu korostaa ihmisten asi-
oille antamia merkityksiä sekä merkitysten muotoutumista haastattelutilanteessa. Koin
teemahaastattelun olevan soveltuvuin aineistonkeruumenetelmä tutkimuskysymykseni
selvittämiselle, sillä olen kiinnostunut yleisesti pääkaupungilla asuvien kalankulutustot-
tuksista.

7.3 Analyysi

Kerätyn aineiston analyysi muodostaa tutkimuksen ytimen. Aineiston analyysivaiheessa hankittua aineistoa pyritään tulkitsemaan ja siitä tehdään johtopäätöksiä. (Hirsijärvi, Remes, Sajavaara, 2001, s. 207.) Sisällönanalyysillä pyritään kuvaamaan aineiston sisältöä sanallisesti. Sisällönanalyysi tarkoittaa dokumenttien analysointia sekä sisällön erittelyä. (Tuomi & Sarajärvi, 2002, s. 107–109.) Valitsin tutkimukseeni induktiivisen eli aineistolähtöisen analyysitavan, jossa teoriapohja syntyi tutkimukseeni aineiston pohjalta. (Tuomi & Sarajärvi, 2002, s. 110.) Pelkkä aineiston luokittelu ei riitä analyysiperusteeksi. Aineiston analyysivaiheen tarkoitus on käydä aineistoa systemaattisesti läpi ja saada aineistosta irti asioita, joita ei ymmärrettäisi pelkkien suorien lainausten kautta. Aineiston luokittelu ei tarkoita koskaan samaa asiaa kuin analyysi.

Litteroin, eli kirjoitin haastattelut auki sana sanalta ennen lopullista sisällönanalyysivaihetta (kts. Liite 2). Halusin lisätä tällä tutkimuksen luotettavuutta. Jätin tutkimustuloksille epäolennaiset äännähdykset pois litteraatista. Haastattelujen kestivät 28.23 min, 35.29 min, 23.04 min, 34.20 min ja 34.20 min. Litteroitua tekstiä tuli yhteensä 41 sivua. Luin haastattelut tarkasti litteroinnin jälkeen ja perehdyin niiden sisältöön syvällisesti. Sisältöön perehtymisen jälkeen etsin aineistosta pelkistettyjä ilmauksia ja korostin nämä keltaisella värillä (kts. Liite 2). Tämä auttoi minua nostamaan tutkimuskysymyksiin peilaten olennaiset tulokset esiin. Pelkistetyistä ilmauksista löytyi yhtenevyyksiä ja listasin nämä ylös analyysin seuraavassa vaiheessa. Yhdistin keltaisella korostetut pelkistetyt ilmaukset kokonaisuuksiksi ja muodostin niistä alaluokkia. Sen jälkeen yhdistin alaluokat, jotka muodostivat laajempia yläluokkia. Näin sain suoritettua sisällönanalyysin loppuun ja aineiston kokoavat yhteiset käsitteet muodostuivat yläluokkien myötä. (kts. Liite 3.)

Yksityiskohtaisemmin selitettynä lähdin toteuttamaan sisällönanalyysia alkuperäisilmausten kautta (kts. Liite 5). Haastattelukysymykseni oli esimerkiksi: *Mitä silakasta tulee sinulle ensimmäisenä mieleen?* Muodostin alkuperäisilmauksesta pelkistetyn ilmauksen: *yleinen käsitys kalan terveellisyydestä*, josta muodostin yläkäsitteen *terveys*. Tämän jälkeen värikoodasin eri yläkäsitteet teemoihin, joita olivat: *vastuullisuus, ruokavalintojen perusteet, ruokakulttuurin muutos ja ruokaperinteet sekä tottumukset*. Näin analyysitaulukkoa tutkiessa oli helppo löytää yläkäsitteet sekä niihin kuuluvat teemat, ja kirjoittaa tätä kautta haastattelun tuloksia. Analyysin teko tuntui välillä hieman haastavalta, mutta kandidaatin tutkielman aikana saatu sisällönanalyysikokemus toi varmuutta analyysin tekemiseen. Epäilin välillä analyysitavan pysymistä objektiivisena, mutta koen löytäneeni tällä analyysitavalla kattavat vastaukset tutkimuskysymyksiini.

Lyhyesti sanottuna aineistolähtöinen sisällönanalyysini jakautui kolmeen vaiheeseen: aineiston redusointiin eli pelkistämiseen, klusterointiin eli ryhmittelyyn sekä abstrahointiin, eli teoreettisten käsitteiden luomiseen. Pelkistäminen oli analyysivaiheessa erityisen tärkeää, sillä näin tutkimukselle epäolennainen tieto jäi tulosten ulkopuolelle. Aineiston pelkistämisessä täytyi muistaa tutkimustehtävän ohjaava vaikutus. (Tuomi & Sarajärvi, 2002, s. 110–111.) Sisällönanalyysini pohjautui päättelyyn ja haastatteluaineiston tulkintaan, jossa empiirisestä aineistosta päädyttiin käsitteellisempään näkemykseen. Teoriaa ja tehtyjä johtopäätöksiä verrattiin jatkuvasti alkuperäisaineistoon uutta teoriaa ja käsitte maailmaa muodostettaessa. Johtopäätösten teossa mielestäni tärkeintä oli tutkittavan ymmärtäminen. Olennaisinta on se, mitä asiat merkitsevät tutkittaville. (Tuomi & Sarajärvi, 2002, s. 115.) Vaikka sisällönanalyysi on pohjimmiltaan usein puhtaasti aineistolähtöistä, on se kuitenkin käytännössä lähes mahdotonta. Tutkija on jo ennen tutkimuksen tekoa ollut alttiina ilmiöiden aiemmille kuvauksille ja jäsennyksille, jolloin nämä vaikuttavat implisiittisesti tutkimusasetelmaan sekä analyysivaiheeseen. (Ruusuvuori, ym., 2010, s. 19).

Kaikkienensa tutkimuksen analyysivaihe eteni hyvin ja täytti mielestäni kiitettävällä tasolla laadullisen tutkimuksen kriteerit, sillä tutkimuksessa pyrittiin ymmärtämään ja selittämään tiettyä ilmiötä. Tutkittavien oma kokemus laadullisessa tutkimuksessa on erityisen tärkeää ja se otettiin tutkimuksessani huomioon kysymysten kautta. Tutkittavat saivat rauhassa puhelimesta keskustellen käydä läpi kokemuksiaan ja omakohtaisia ajatuksiaan. (Aaltola & Valli, 2007, s. 70.)

8 Tutkimustulokset ja niiden tulkintaa

Teemahaastattelujen käsiteltävinä teemoina olivat *1. Silakkaan liitettävät mielikuvat*, *2. Kalalajien suosimisen perusteet sekä* *3. Silakka ympäristövaikutusten näkökulmasta*. Raportoin tutkimustulokset tutkimusongelmittain ja käyn aineistosta nousseita tuloksia läpi sisällönanalyysin avulla syntyneiden teemojen kautta. Näin jokaiseen tutkimusongelmaan esitetään aineiston pohjalta löytynyt vastaus. Tarkastelen ensin yleisesti saatuja tuloksia, jonka jälkeen syvennyn tarkemmin tuloksissa havaittuihin ilmiöihin. Aineistosta nousi sisällönanalyysin kautta esiin neljä selkeää teemaa: *1. Vastuullisuus*, *2. Ruokavalintojen perusteet*, *3. Ruokakulttuurin muutos ja* *4. Ruokaperinteet ja tottumukset*. Kokoan lopuksi silakkaan liitettävät mielikuvat yhteenveto-osiossa mielekkääksi kokonaisuudeksi edellä mainittujen neljän teeman avulla.

8.1 Silakkaan liitettävät mielikuvat

Kartoitin silakkaan liitettäviä mielikuvia yhdeksällä haastattelukysymyksellä. Olin kiinnostunut siitä, mitä asioita haastateltaville tulee silakasta ensimmäisenä mieleen, syövätkö he silakkaa mielellään, minkälaisia muistoja heillä on silakkaruoista ja minkälainen heidän suhteensa silakkaan yleisesti on. Kartoitin haastatteluissa myös tutkittavien lähipiirin asennoitumista silakkaan ruoanvalmistuksen raaka-aineena. Haastatteluissa tuli lisäksi ilmi tutkittavien käsitykset silakkaa eniten kuluttavasta suomalaisista ikäryhmästä ja silakkaan liitettävästä ravintolakulttuurista. Silakkaa käsiteltiin myös sen terveyshyötyjen ja ympäristömyrkköjen näkökulmasta.

Silakkaan ensimmäisenä liitettävät mielikuvat vaihtelivat paljon informanttien kesken. Osalle haastateltavista tuli silakasta ensimmäisenä mieleen tietyt ruokalajit ja silakkaan liittyvät ongelmat, kuten sen vähäinen kulutus ihmisravintona. Setälän ym. (2016, s. 3–5) mukaan vain 3 % nykyisistä silakkasaaliista käytetään kotimaisena elintarvikkeena. Eräälle haastateltavalle tuli silakasta ensimmäisenä mieleen tietyt sesonkiruoat, kuten kalapöytä jouluna. Lisäksi silakan edullisuus ja kunnioittava asenne silakkaa kohtaan nousivat vahvasti esille. Seitolan ym. (1996, s. 2) mukaan silakkaa on syöty paljon erityisesti 1700- ja 1800-lukujen Helsingissä. Matala elintaso ja ruoan puute nostivat erityisesti silakan suosiota, mistä vanhemman ikäluokan kunnioitus silakkaa kohtaan voi johtua. Silakkaa syötiin vuosisatoja ja -kymmeniä sitten runsaasti ja usein. 1800- ja 1900-lukujen silakasta valmistettiin monenlaisia laatikkoruokia, kastikkeita ja muhennoksia. (Seitola, ym. 1996, s. 32.)

Kaikki haastateltavani olivat kalasta sekä silakasta kiinnostuneita ja pitivät silakan makua erityisen hyvänä. Silakkaa pidettiin aliarvostettuna kalana ja silakkaa koettiin monipuoliseksi ruoanvalmistuksen raaka-aineeksi. Merelliseen elämään tottuminen ja lapsuuden kalansyöntiperinteet olivat vaikuttaneet haastateltavien kala- ja silakkasuhteen muodostumiseen. Kittlerin ja Sucherin (2000, s. 11) mukaan asuinpaikka, etninen identiteetti sekä fysiologiset tekijät ohjailevat yksilön ruokavalintoja. Voidaan ymmärtää, että Helsingissä asuneet haastateltavat olivat saaneet vaikutteita merellisistä tekijöistä, jotka osaltaan vaikuttivat informanttien kodin rakenteeseen, elämäntapaan ja ruokavalintoihin.

Kahdella haastateltavalla viidestä nousi esiin merkittävä asennemuutos silakan suhteen. Molemmat tutkimukseen osallistuneista naisista olivat ”löytäneet” silakan uudestaan aikuisena. Useimpien lapsuudenkokemukset silakasta eivät olleet kovin tunteita herättäviä ja parhaimpina silakkaruokina pidettiin perinteisiä ruokalajeja, kuten voissa paistettuja silakkapihvejä. Birchyn ja Memeryn (2020, s. 449–500) mukaan lapsuuden ruokatottumuksilla ja -valinnoilla on merkitystä myös aikuisiän ruokavalintojen perusteisiin. Piironen ja Järvelä (2006, s. 19) ovat tutkineet kuluttajien ruoanvalintaa ja tutkimuksen mukaan ruoanvalinnan merkittävin peruste oli elintarvikkeen maku. Informanttien kokemusten kautta voidaan ymmärtää, että aikuisena koetut makuelämykset voivat olla lapsuuden ruoanvalintaa ja ruokatottumuksia muuttavia.

Aineistosta nousi selvästi esille myös silakkaan liitettävien asenteiden kahtiajakoisuus nyky-yhteiskunnassa. Lähes jokaisessa haastattelussa tuli ilmi nuoremman sukupolven vieroittuminen silakasta. Vastauksissa tuli ilmi seuraavia tekijöitä ja asenteita:

” No mä en sano mitään nuoremista, tuota mä kerran yhdelle ystävälle toimitin valmista silakkaruokaa ja hän sanoi jo, että hänen teini-ikäiset lapsensa totes, että ei voi syyä silakkaa.” (m77)

Silakkaruokien suosiota selitettiin jokaisen haastateltavan kohdalla vanhempaan ikäpolveen liitettävillä tekijöillä. Mäkelän ym. (2003, s. 7–8) mukaan kulttuurilla on merkittävä osuus ruoanvalintaan ja ruokailutapoihin. Vanhempaa ikäpolvea pidettiin vaatimattomampaan ja yksinkertaiseen ruokaan tottuneena ihmisryhmänä, jolle esimerkiksi kalan ruotoisuus ei ollut ongelma. Yllättävää oli kuitenkin se, että muutaman mieshaastateltavan kohdalla juuri ruotojen merkitys nousi erittäin suureksi kriteeriksi silakan kohdalla. Toisen haastateltavan päätavoite hyvään silakkaruokaan oli se, että silakka saataisiin kalahyllyltä kokonaisena, koska hän piti juuri silakan ruotoja erityisen herkullisena ja terveellisenä. Neljän muun haastateltavan silakkakriteeri oli se, että silakkaruoka saatiin

valmistettua helposti valmiista fileistä. Vanhimmalla haastateltavalla oli tiukin suhtautuminen silakan ruotoihin. Hänen täytyi saada kalat ruodottomina ruoanvalmistukseen. Tutkittava oli tottunut ruodottomaan kalaan, joten hän sitoutunut periaatteeseensa. Mäkelän ym. (2003, s. 7–8.) mukaan ruoanvalinta on usein tiedostamatonta ja ruokaostokset tehdään usein tottumuksesta.

Silakkaan liitettiin monissa haastatteluissa myös halvan kalan leima. Haastateltavien lähipiiri ja osa haastateltavistakin oli pitänyt silakkaa köyhemmän väestön ruokana. Tässä tuloksessa tulee ilmi silakan vanhakantainen asema elintarvikkeiden joukossa. Silakka oli ennen halpaa ja yksinkertaista ruokaa ja sitä oli saatavilla (Seitola, 1996, s. 2). Silakan kilohinta on nykyään usein lohen kilohintaa edullisempi. Ruokakulttuurin muuttuessa silakka on jäänyt hieman taka-alalle ja sitä arvostavat hyvin polarisoituneet ihmisryhmät. Osa haastateltavista pohti myös sitä, että nuoremmat ja erilaisuutta tavoittelevat kuluttajat saattavat olla tällä hetkellä silakasta kiinnostuneita. Haastateltava kommentoi eniten silakkaa kuluttavaa suomalaisten ryhmää seuraavasti:

”Mun ikäpolvi tai minusta vielä vanhemmat ihmiset, eli ne, jotka on niinku nähny tota noin pula-aikaa, jotka ei oo tottunu nirsoilemaan ruuan kanssa. Että syö mitä, että ruoka kelpaa, eikä oo kovin kranttua. Se on niinku yks porukka, eli nää vanhat ihmiset ja sitten toinen porukka on mun mielestä, voisin kuvitella olis sit nää nuoremmat ihmiset, jotka tota toisaalta voi olla tota tällasii hifistelijöitä, joiden pitää keksii jotain erityistä ja jännää ja tota valtavirrasta poikkeavaa, mut sit mä voisin kuvitella, et olis tota sit näitä nuoria ihmisiä, jotka on ympäristöst huolissaan, voin kuvitella, en tiedä.” (n68)

Kyseisessä vastauksessa tulivat ilmi sekä vanhemman ikäpolven silakkasuosio ja taustalla vaikuttavat ruokaperinteet, että vastuullisuusajattelun kasvu nuoremman ikäpolven keskuudessa. Wennosen ja Palojoen (2015, s. 18–20) mukaan vastuullisuutta pidetään tiedostavien kuluttajien keskuudessa yhtenä ruokavalintojen tärkeimpänä kriteerinä. Tiivistettynä silakkaan liitettäviä mielikuvia olivat kalan terveellisyys, silakan edullisuus, perinteikkyyys ja ikäihmiset silakan suurimpana kuluttajaryhmänä.

8.2 Kalalajien suosimisen perusteet

Kalalajien suosimisen perusteissa tuli esille useita eri tekijöitä. Yleistä suomalaista kalankulutuslinjaa noudattaen (Laine, 2016, s. 104–105), norjalainen lohi nousi erityiseen asemaan myös tämän tutkimuksen teemahaastatteluissa. Informantit käyttivät arjessaan yleisimmistä kalalajeista eniten lohta ja suurimmaksi valintaperusteeksi nousi tuotteen edullisuus, helppokäyttöisyys sekä hyvä maku. Piironen ja Järvelän (2006, s. 19) mukaan ruoka valitaan useimmiten maun perusteella.

Osa piti lohta myös esteettisesti kauniina ruokalajina ja siitä saattoi valmistaa ruokaa helposti. Haastateltavat suosivat kalaostoksissaan pääosin tuoretiskiä ja kalan tuoreus oli monille tärkeä valintakriteeri. Haastateltavat eivät tuoneet erityisen innokkaasti esille tapaansa suosia ulkomailta tuotua lohta. Vastaukset kysymykseen: *”Mitä kalaa valmistat useimmiten, jos valmistat kalaruokaa?”* alkoivat lähes poikkeuksetta hieman epäröiden. Yleisesti juuri ympäristöteemaisista kysymyksistä sekä ruokavalinnan perusteista puhuminen tuntui haastattelutilanteessa hieman vaivaannuttavalta, sillä informanttien vastaaminen oli aikaisempaa hitaampaa ja epävarmempaa. Syynä tälle on mielestäni se, että kysymys johdattaa keskustelun haastateltavan yksityisalueelle ja ihmisten käytännön teot saattavatkin lopulta ilmetä omien arvojen vastaisiksi.

Syynä arvovastaisiin tekoihin ja ruokavalintoihin nousi lähes poikkeuksetta talouskysymykset, mikä on ymmärrettävää erityisesti haastattelijoukkoni kohdalla. Ruoanvalintaa selittävät monet tekijät ja varallisuus on yksi ruokavalintoja selittävä tekijä. Pienituloisemilla hinnan merkitys kasvaa suuremmaksi ruoanvalintahetkellä. (Kittler, Sucher & Nahikian-Nelms, 2011, s. 13–14.) Kaikki haastateltavat olivat eläkeläisiä, joten jos olisin haastatellut työikäisiä olisi kalaruoan valintakriteerit voineet olla hieman erilaisia. Ristiriitaista silakan ja lohen kilohinnan tarkastelussa on, että lohi on yleisesti kalliimpaa silakkaan verrattuna. Tutkimustuloksista voidaan ymmärtää, että lohen dominoiva asema kauppojen kalatiskailla johdattaa kuluttajien ostopäätökset silakan sijasta loheen. Kuluttaja valitsee ruokansa usein saatavuuden mukaan. (Rozin, 2006, s. 19.)

Osa haastateltavista oli hyvin innostuneita kalasta ja he käyttivät arjessaan monia eri kalalajeja. Silakkaruokatottumuksiin liittyi vahvimmin sattumanvaraisuus. Silakkaa syötiin silloin, kun sitä oli tarjolla ja silakan käyttö oli osittain sesonkiluonteista. Eräällä haastateltavista tuli silakasta ensimmäisenä mieleen silakan sesonkiluonteisuus. Tätä selittää osittain silakan kevät- ja syyskutemisen aiheuttamat ilmiöt. Syynä silakan vaihtelevalle saatavuudelle voi olla raaka-aineen sesonkiluonteiden lisäksi silakan kokoon ja ympäristömyrkyihin liittyvät ongelmat. Rantakokon ym. (2019, s 3) mukaan Selkämeren silakasaalista ei pystytä hyödyntämään kokonaan elintarvikekäyttöön, koska yli 17 cm silakoiden katsotaan ylittävän dioksiini- ja PCB-yhdisteiden tasot. Hyviä silakkasaaliita saadaan edelleen, mutta niiden ei katsota sopivan kauppojen kalatiskeille.

Silakan syönnin satunnaisuuteen liittyi muutamissa haastattelussa myös erityistilanteet. Kahdella mieshaastateltavalla oli tapana käydä ravintolassa syömässä vanhan opiske-
luajoilta muodostuneen kaveriporukan kanssa silakoita tai muuta kalaruokaa. Rozinin

(2006, s. 22) mukaan ruoan sosiaalisen merkitys sekä ryhmiin kuulumisen yhteys on vahvistunut. Ruoka linkittää ihmisiä erilaisiin ryhmiin heidän valintojensa mukaan. Ruoka saa aikaan sosiaalisia tilanteita ja kokoaa ihmisiä yhteen. Yleisesti jokainen viidestä haastateltavasta mainitsi, että silakka on heille pääosin toisen kanssa jaettavaa kotiruokaa ja ravintoloissa käymisen sanottiin olevan harvinaista heidän 60-80-vuotiaan ikäpolven keskuudessa. Haastateltava kuvasi ravintolakulttuuria ja silakkaan liittyviä erityispauksia näin:

”Sanotaan että ravintoloissa aika harvoin tulee käytyä, mutta silloin ku tulee, nii ei kyl tuu otettua silakkaa. Paitsi erikoistilanteissa! Meil on semmonen porukka vanhoja jalkapalloilijoita, meil on tämmönen eläkeläiskerho, nii me käydään tota, meil on semmonen perinne, et me käydään kerran vuodessa Salvessa syömässä.” (m71)

Muutama helsinkiläinen silakkaravintola mainittiin informanttien haastattelussa, mutta haastateltavat valmistivat pääosin kotona ruokansa itse. Kotiruokaa pidettiin edullisena ja omatekoista ruokaa maukkaana. Yksi haastateltavista mainitsi, että hän ei valmista ruokaa itse juuri lainkaan. Hänelle silakka oli herkullinen kala ja liittyi erityisiin nautinto- hetkiin. Silakkaa pidettiin kaikissa haastatteluissa hyvin maukkaana ja aliarvostettuna kalana.

Haastatteluissa pohdittiin myös silakan suosimattomuuden näkökulmaa. Syiksi nousi tottumattomuuden lisäksi kalanvalmistuksessa syntyvä epämiellyttävä haju. Birch ja Memeryn (2020, s. 499) tutkimuksessa todettiin kalalle tyypillisen hajun vähentävän perheiden kalankulutusta. Kalan hajua ei haluttu omaan kotiin ja kalaruokia saatettiin suosia koulussa tai ravintoloissa (Birch & Memery, 2020, s. 499). Informantit esittivät silakan vähäisen kulutuksen mahdollisiksi syiksi silakan ruotoja sekä mediassa ollutta puhetta silakan ympäristömyrkyistä. Ympäristömyrkyistä nousi 71-vuotiaan miehen haastattelussa esiin lähipiirissä vallitsevat hyvinkin vahvat pelot silakkaa koskien:

” Siinä yks oikee kavahtu yks mies, että kuinka sä voit syödä silakoita ja tuota mä sanoin, et eksä pelkää, ku säki oot ikämiehiä, niin en ikinä laittais silakkaa suuhun, et nehä on niin myrkyllisiä.” (m71)

Kyseinen tapaus oli sattunut vapaan sivistystyön kurssilla, kun haastateltava oli kertonut osallistuneen äskettäin silakkakurssille. Haastateltava kuvaili miehen reaktiota silakkaan kauhistuneeksi. Haastateltavana ollut mies muisti kurssillani läpikäydyt seikat silakan kulutuksen romahduksesta ja mainitsi haastattelussaan suomalaisten olevan huonoja silakansyöjiä. Kähärin ja Lindblomin (2019, s. 276) tutkimuksessa todetaan, että silakoiden

haitallisten yhdisteiden kertymät ovat laskeneet merkittävästi 2000-luvun aikana. Ympäristömyrkkujen liiallisesta kertymisestä elimistöön ei tarvitsisi olla huolissaan. Kalansyönin terveyshyödyt ylittävät reilusti kalojen ympäristömyrkkykertymien aiheuttamat mahdolliset terveyshaitat.

8.3 Silakka ympäristövaikutusten näkökulmasta

Ympäristöasioita koskien silakan rehevöittävä vaikutus ei noussut Itämeren suhteen erityiseen asemaan. Teemana ympäristökysymykset olivat yleisesti tutkittaville hieman haastavia ja informantit esittivät ympäristöteeman kohdalla eniten kysymyksiä. Ensimmäinen haastattelukysymykseni ympäristöteemasta oli: *”Miten silakka ja meren rehevöityminen ovat mielestäsi yhteydessä toisiinsa?”* Tämä herätti monen kohdalla hämmennystä ja epätietoisuutta. Lähes jokaisessa vastauksessa särki nousi kalalajina ensimmäisenä esiin. Mäkisen (2008, s. 31) mukaan kestäväällä kalastuksella pystytään puhdistaa merta liikaravinteista. Särki ja silakka sitovat paljon fosforia itseensä ja liialliset fosforin ja typin pitoisuudet meressä rehevöittävät vesistöjä. Silakkaa ja särkeä kalastamalla ylläpidetään vesistöjen tilaa.

Särjen vesistöä rehevöittävä vaikutus oli monille tiedossa, mutta Itämeri-kysymyksiin liittyen haastateltavat mainitsivat eniten maatalouden päästöihin liittyvät merta rehevöittävät tekijät. Huoli Itämerestä ja ympäristötietoisuus vaihtelivat paljon haastateltavien keskuudessa. Osa haastateltavista oli erittäin huolissaan Itämeren tilasta ja yksi haastateltavista oli kehittänyt omia suunnitelmiaan Itämeren hapettamisen suhteen. Yksi haastateltavista oli hyvin positiivinen Itämeren tilan suhteen ja koki vesistöjen tilan parantuneen valtavasti. Asenteet vesien ekologisesta tilasta olivat vaihtelevia. Eräs haastateltavista piti yksilön vaikuttavuutta arkisten valintojen puitteissa mitättömänä ja useimmissa vastauksissa korostui isojen päätösten ja Itämeren valtioiden yhteisten linjausten tärkeys vesistöjen suojelussa. Ollikaisen (2010, s. 76) mukaan Itämeren pelastamiseksi tarvitaan lisää yhteiskunnallista ymmärrystä sekä sitovia suojelusopimuksia. Sopimukset auttaisivat Itämeren ekologisen tilan seurantaa ja parantaisivat kuormittajatahojen valvontaa. Haastattelujen ympäristöteema nosti erityisesti asenteiden polarisoitumisen aiheen keskiöön:

” Joo, ja taas kerran niinku osa ihmisist on vastuullisia ja miettii näis asioita ja valitsee ruokansa sen mukaan ja osa viis veisaa siitä, että vetää vaikka pihviä mahaan joka päivä. (nauraa) Riippumatta siitä mitä sanotaan lihasta.” (n68)

Itämeren suojeluun liittyvien valintojen suhteen isoja tekoja pidettiin yleisesti merkittävänä, mutta myös yleisen asennemuutoksen tärkeyttä korostettiin. Nuorempi sukupolvi nähtiin ympäristöasioista kiinnostuneempana ryhmänä. Suomalaisten luonnonkalojen

tuotteistamista pidettiin yhtenä avaintoimena siihen, että läheltä saatu luonnonkala tulisi paremmin hyödynnetyksi ihmisravintona sen sijaan, että sitä syötettäisiin minkeille. Sjöblomin (2019, s. 2) mukaan suomalaisesta luonnonkalasta täytyisi kehittää kuluttajia kiinnostavia, edullisia ja myyviä tuotteita, jotta särjen ja silakan käyttöaste kasvaisi. Tämä turvaisi myös Suomen ekologista ja taloudellista tasapainoa, sillä kalatalouden tarjoamat työpaikat lisääntyisivät ja luonnonvaroja hyödynnettäisiin kestävästi ympäristön tilaa edesauttaen.

Haastatteluissa silakan käyttöä erityisesti minkkien kasvatukseen ja rehuteollisuuteen pidettiin yleisesti hämmäntävänä ilmiönä ja osalla se nousi ensimmäisenä mieleen silakasta puhuttaessa. Ilmiön tunteita herättävää vaikutusta selittää mielestäni seuraava haastateltavan toteamus:

”Joo, mut yhden asian mä vielä haluan sanoo täst silakka-asiasta, se ei tullu niinku ilmi se asia, se että tota mun mielestä on niin häpeällistä se että suuri osa silakkasaaliista menee minkin ruuaksi tai menee niinku rehuksi. Mun mielest se on niin häpeällistä. (n68)

Osa informanteista oli kiinnostunut kalan reitistä ja koki, että kalalajien vastuullisuus tulisi olla kalatiskailla paremmin esillä. Toisille kalatiskien vastuullisuus oli yhdentekevää. Salmivaaran ja Lankakoski (2019, s. 1) ovat tutkineet kuluttajien vastuullisempien kalaruokavalintojen toteutumista. Tutkimuksessa tarkasteltiin särkikalapihvien käyttöastetta ja niihin liitettäviä mielikuvia. Merkittävimpänä tuloksena ilmeni, että Itämeri- ja ympäristötietoisuus ei vaikuttanut kuluttajien ruokavalintoihin (Salmivaara & Lankakoski, 2019, s. 18–20). Ympäristö- ja vastuullisuusajattelulla ei ollut suurta merkitystä myöskään tämän tutkimuksen informanteille. Ajatus suomalaisen luonnonkalan suosimisesta oli monella tiedossa, mutta jokaisella haastateltavalla taloudelliset kysymykset ohittivat vastuullisuuskriteerin kalahankintojen kohdalla. Eräs haastateltava toteaa:

”Mut tuota ei se siinä kyllä, siinä mä en mieti ekologiaa vaan kyl se, joko se on kuhaa tarjouksessa se on kuhaa jos lohta tarjouksessa niin sitä.” (m77)

Kalaa syötiin yleisesti sen perusteella, että sitä pidettiin terveellisenä. Silakan terveys- hyötykysymykseen yleisimpänä vastauksena oli se, että kalansyöntiä pidettiin terveydelle edullisena sen hyvälaatuisen rasvakoostumuksen ansiosta. Osa haastateltavista näki juuri ikäihmisten kalasuhteen erityisenä:

” Sit jos ajatellaan ravintopuolta ja näitä, mitä vanhemmat tarvii paljon tätä omega-3-rasvahappoa ja eiks siin oo D-vitamiini taitaa olla, nii ei tarvi purkeista niitä syödä, ne saa

sieltä silakoista. Mitä proteiinihan niis on kanssa vissiin paljon, nää pointit painaa niinku.”.
(m71)

Yleisesti terveysperusteet eivät olleet informanttieni ruokavalintojen päätekijöitä, mutta niihin kiinnitettiin osittain huomiota. Piironen ja Järvelän (2006, s. 50) kuluttajakäyttäytymistä kartoittavan tutkimuksen mukaan suomalaiset kuluttajat kiinnittävät elintarvikkeen kotimaisuutta ennen huomiota sen terveellisyyteen. Terveysorientoituneet kuluttajat kiinnittävät myös elintarvikkeiden turvallisuuteen suurempaa huomiota. (Piironen & Järvelä, 2006, s. 50.) Turvallisuus tuli haastateltavien iän puitteissa ilmi listeriabakteerivaaran osalta. Eräs haastateltava mainitsi välttävänsä ”kassilohta”, eli norjalaista valmiiksi pakattua lohifilettä. Tutkittava ymmärsi sen olevan listeriabakteerin mahdollinen kantaja, mutta kenenkään haastateltavan vastauksissa ei tullut ilmi raa’an kalan mahdollista listeriabakteerivaaraa. Perehdyin listeriabakteeriin Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen järjestämässä Webcastissa (Schwab, 2020), jossa ilmeni ikääntyneiden kuuluminen riskiryhmään listeriabakteerin suhteen. Riskiryhmille tulisi tarjotota kuumennettuina esimerkiksi graavi- ja kylmäsavukalaa, mätää sekä vakuumpakattuja sillifileitä. Näissä piilee listeriabakteerin vaara, mikä erityisesti iäkkäämpien tulisi ottaa huomioon.

Muihin luonnonkalalajeihin liittyen lähes jokaisessa haastattelussa käytiin läpi särkituotteita, sen kalastusta tai särjen yhteyttä rehevöitymiseen. Särkeä ei kuitenkaan käytetty arkiruoan raaka-aineena, mutta monet haastateltavista olivat testanneet särkituotteita. Osa informanteista piti tuotteita liian kalliina ja ilmaisivat, että tietyissä särkituotteissa halvasta kalasta oli tehty kallis versio. Haastatteluissa tuli ilmi suomalaisen kalatalouden ja markkinoinnin kehittämisen tärkeys, mutta selkeitä vastauksia siihen ei kuitenkaan löytynyt. Osalla haastateltavista oli myös omaa kalastuskokemusta ja särjet oli heitetty kalastaessa aina takaisin järveen. Toisissa etenkin Suomessa kuultu roskakalapuhe herätti hämmennystä:

” Niin, joo ja kun näkee tilastoista, et kuin paljon niinku silakkasaaliista menee rehuks ja kuin paljon siit menee ihmisten syötäväks, nii se on ihan käsittämätöntä. Ja tota ylipää-tänsäki tää roskakalapuhe. Sen mä oon kans kalakursseilla oppinu, et en muistaakseni yks opettaja sano, et missään muualla ei puhuta roskakalasta. (n68)

Suomalaiseen kalankulutukseen ja kalapuheeseen reagoitiin yleisesti osittain epätietoisesti ja ilmiötä pidettiin vaikeana. Vastuullisuus tuli esille monissa haastatteluissa myös haastatteluteemana olleen ympäristövaikutuksen kautta. Asenteiden mainittiin haastatteluissa muuttuvan hitaasti ja tiivistettynä silakan ympäristövaikutuksiin liitettävät mielikuvat olivat polarisoituneita ja epäselviä.

Niiniluoto (2000, s. 57–58) on analysoinut ihmisten suhdetta vastuullisuuteen ja tuonut esiin despootin, hyötykäyttäjän, kokijan sekä tilanhoitajan luontosuhteet. Ihmislaajille tyyppisin luonne on despoottimainen, jossa ihminen pyrkii hyötymään luonnon antimista omat tarpeensa täyttäen. Tutkimukseni informanttien luontosuhteita analysoidessa heidän luontosuhteensa voidaan mieltää pääosin hyötykäyttäjäksi. Informanttien luonne hyötykäyttäjänä ilmenee siten, että silakka oli heille pääosin maukas ja ravintorikas herkku. Sen ympäristövastuunäkökulma tiedostettiin, mutta silakkaa ei mielletty suoraan ympäristöä rehevöittäväksi kalaksi. Informanttien kalavalinnat eivät myöskään toteutuneet kokijan tai tilanhoitajan luonteiden mukaisesti, joissa esimerkiksi tilanhoitaja valitsisi ruokansa niin, että se kuormittaisi ympäristöä mahdollisimman vähän.

Ekososiaalisen näkökulman kautta voidaan ymmärtää pääkaupunkiseudulla asuvien kalankulutuksen saavan vaikutteita heidän elinpaikastaan. Merellinen asuin ympäristö voidaan ymmärtää yhdeksi tekijäksi heidän paikallisen ruokakulttuurinsa ja ruokavalintojensa perusteiden muodostumiseen. Spesifioituneet paikkaan sidotut vuorovaikutussuhteet ovat tuottaneet monissa tapauksissa läheisen riippuvuussuhteen ihmisryhmien sekä niiden toimintaympäristöjen välille. Tätä riippuvuussuhdetta voidaan Hailan (2008, s. 269) mukaan kutsua symbioosiksi. Helsinkiläisten suhde Itämeren ekologiaan ilmentää mielestäni havainnollisesti tätä symbioosiperiaatetta, jossa kaupungit ovat etenkin varhaisissa kehitysvaiheissaan olleen hyvin riippuvaisia lähiympäristönsä ruoantuotannosta sekä sitä ylläpitäneestä ja vallitsevasta ekologiasta.

8.4 Yhteenveto

Tutkimusaineistosta nousi esille neljä teemaa: *vastuullisuus, ruokavalintojen perusteet, ruokakulttuurin muutos sekä ruokaperinteet ja tottumukset*. Vastuullisuusteema (kts. Liite 3) oli lopulta laajimmin käsitelty teema ja toistui haastattelujen monissa vaiheissa. Vastuullisuusaihe sisälsi mielikuvia kuluttajien keskuudessa havaituista asennemuutoksista. Ympäristöön liittyviä asenteita pidettiin polarisoituneina ja tämä korostui haastateltavien omissa vastauksissa. Osa informanteista oli hyvin tietoisia ja huolissaan vesistöjen tilasta ja toiset kokivat vesistöjen tilan kohentuneen huomattavasti. Vastuullista kuluttamista pidettiin haasteellisena erityisesti kalavalintojen kohdalla, sillä taloudelliset seikat heikensivät ekologisempien kalavalintojen toteutumista. Käsitykset silakan ympäristövaikutuksista olivat yleisesti epäselviä ja Itämeren tilaan vaikuttavista tekijöistä suurimpina pidettiin maatalouden päästöjä. Itämeren suojeluun yhdistettiin kalankulutustottumusten muuttamisen sijaan isomman sektorin tavoitteet, kuten tutkimusrahoitus sekä eri maiden

väliset sopimukset. Ympäristöasenteet ja -huoli vaihtelivat näinkin pienessä aineistossa paljon. Vastuullisuus nähtiin haastatteluissa yhteiskunnallisesti hankalana teemana.

Ruokavalintojen perusteista taloudellisuus, maku ja helppous nousivat tärkeimmiksi ruoanvalinnan kriteereiksi. Kuluttajien valintoja ohjaili suurelta osin kauppojen kalatarjonta ja tarjontaa pidettiin lohipainotteisena. Informantit kuluttivat arjessaan pääosin lohta ja sitä sai tutkittavien mielestä edullisesti. Silakan kilohinta on usein lohen kilohintaa alhaisempi, joten tässä tutkittavien kulutustottumusten perusteet ovat hieman ristiriitaisia. Toimintaa selittäväksi tekijäksi voidaan ymmärtää helppous ja saatavuus. Lohta pidettiin monipuolisena ja saatavuudeltaan hyvänä kalana, mikä selittää sen suurta elintarvikekäyttöä. Näin silakka jäi vähemmän käytettyyn asemaan myös silakkaan mieltyneiden informanttien keskuudessa. Tutkimustuloksissa ei eritelty tarkemmin, mitä lohta tutkittavat ostivat eniten. Tarkoitan lohella niin suomalaista kasvatettua kirjolohta, norjalaista meri- ja kirjolohta sekä muita mahdollisia vaihtoehtoja. Informantit mainitsivat haastatteluissa useimmin norjalaisen kasvatetun lohen, mikä oli kalatiskillä tavallisesti halvinta.

Ruokakulttuurin muutosta ilmentää tutkittavien kuvaukset siitä, minkälaisena raaka-aineena silakkaa yleisesti pidettiin. Silakkaa kuvailtiin maukkaaksi kalaksi, jonka syömiseen liittyi vahvat perinteet ja tottumukset. Seitolan ym. (1996, s. 32.) mukaan silakalla on pitkät perinteet helsinkiläisissä ruokapöydissä ja erityisesti matalan elintason aikoina 1700- ja 1800 silakkaa syötiin runsaasti ja usein. 1800- ja 1900-lukujen vaihteessa työläisten ruoka perustui suolasilakoihin, silavaan sekä tummaan leipään. Tutkimukseni informantit söivät silakkaa pääosin kotona ja sitä pidettiin ikäihmisten herkkuna. Silakan syömiseen vähäisyyttä selitettiin suomalaisten keskuudessa muuttuneella ruokakulttuurilla, nuorten kielteisellä silakka-asenteella, kalan hajulla sekä silakan ruotoisuudella. Toisaalta haastatteluissa tuli ilmi vastuullisuusajattelun tärkeys ja erityisesti nuoren sukupolven tuoma potentiaali vastuullisuusajattelun kehittämiseksi. Ruokakulttuurin ja kuluttajien nykyistä valintojen laajentumisen määrää kuvastaa myös terveystietoisuuden tärkeys. Informantit kuvasivat lähipiirissä vallitsevia kielteisiä silakka-asenteita, mitkä johtuivat silakkaan kertyvistä ympäristömyrkyistä ja niiden myötä syntyvästä epätietoisuudesta ja varauksellisuudesta.

Ruokaperinteet ja tottumukset nousivat silakan syöntiä ja silakkamieltymystä parhaiten selittäviksi tekijöiksi. Informantteina olleet vanhemman sukupolven ihmiset arvostivat silakkaa raaka-aineena ja pitivät sitä yksinkertaisena, perinteisenä ja maukkaana kalana. Lapsuudenkokemukset, omat kalaharrastukset, merellinen elämäntapa ja kalaruokiin

tottuminen vahvistivat tutkittavien positiivisia silakkakokemuksia. Perinteitä ja tottumuksia tarkastellessa voidaan ymmärtää paremmin silakan nykyistä asemaa. Ihminen mieltyy usein tuttuuteen ja totuttuja ruokia syödään yhä uudelleen (Rozin, 2006, s. 27–28).

9 Luotettavuus

Tutkimuksen teon yleisesti hyväksyttäviä kriteereitä ovat kommunikoitavuus, perusteltavuus ja luotettavuus. Kaikkien tutkimukseen liittyvien valintojen tulee noudattaa näitä kolmea yleistä periaatetta. Lisäksi tutkimuksen lähtökohtien ja teoriataustan tulee olla hyvin argumentoituja. Käytettyjen menetelmien luotettavuutta lisää erityisesti systemaattisuus. (Ronkainen, ym. 2011, s. 11.) Tutkimuksen luotettavuutta voidaan tutkia reliabiliteetin ja validiteetin käsitteiden avulla. Reliaabelius tutkimuksessa tarkoittaa mittaustulosten toistettavuutta. Validius, eli tutkimuksen pätevyys ilmaisee, kuinka hyvin tutkimusmenetelmä mittaa sitä, mitä on tarkoituskin mitata. (Hirsijärvi ym. 2001, s. 213.) Haastattelun luotettavuutta ja toistettavuutta varmistin sillä, että kysyin jokaiselta haastateltavalta samat kysymykset. (Aaltola & Valli, 2012, s. 26–28). Tutkimuksen reliaabeliuutta lisäisi se, jos tutkittavaa haastateltaisiin uudemman kerran ja saataisiin sama tulos. (Hirsijärvi ym. 2011, s. 213.)

Laadullisessa tutkimuksessa validiteetti liitetään ensisijaisesti tutkimuksen kuvauksen ja siihen liitettyjen tulkintojen soveltuvuuteen tutkimuksen jokaisessa vaiheessa (Hirsijärvi, ym. 2015, 231–232). Ronkaisen ym. (2011, s. 130–131) mukaan validiteetti ilmaisee näin myös sitä, voidaanko tutkimuksen ja analyysivaiheen tuottamia ilmiöitä kuvaavia käsitteitä pitää pätevinä. Validiteetti kuvaa täten tutkimuksen laatua. Olen pyrkinyt lisäämään tutkimukseni validiteettia noudattamalla kasvatus- ja kotitaloustieteen parissa yleisesti tunnettuja käytäntöjä ja tutkimusmetodeja. Olen kirjoittanut tutkimuksen teon eri vaiheet auki mahdollisimman hyvin sekä avannut analyysimenetelmäni perusteita yksityiskohtaisesti. Tutkimuksen prosessimaisuus on myös tuotu esille, sillä laadullinen tutkimus ei etene yleensä kovinkaan suoraviivaisesti (Kiviniemi, 2015, s. 84–86).

Pienen aineiston ja tapaustutkimuksen näkökulmasta tutkimuksen luotettavuuden tarkastelua haastaa se, että tutkimustuloksia ei ole tehty yleistettäväksi. Tutkimuksen tarkoituksena ei ollut määrittää silakkaan liitettäviä mielikuvia ja ympäristöajatuksia esimerkiksi valtakunnalliselle tasolle. Tarkoitukseni oli perehtyä silakkaan liitettäviin käsityksiin ja mielikuviin syvällisesti sen takia, että suomalaiset ymmärtäisivät vähemmän käytettyjen kalojen, kuten silakan ja särjen hyödyntämisen monet puolet niin terveyden, talouden ja ekologisuudenkin kannalta. Aihe on tärkeä myös kotitalousopetuksen ja -neuvonnan kehittämistä ajatellen, sillä kotitaloustiede korostaa Wennosen ja Palojoen (2015, s. 18–20) mukaan etenkin vastuullisuutta yhtenä ruokavalintojen tärkeimpänä kriteerinä.

Laadullinen tutkimus ei pyri Tuomen ja Sarajärven (2018, s. 98) mukaan tilastollisiin yleistyksiin, vaan se pyrkii kuvaamaan, ymmärtämään ja tulkitsemaan erilaisia ilmiöitä ja tapahtumia. Tiedonantajilla on tästä syystä hyvä olla kokemusta ja tietoa tutkittavasta asiasta. Siksi silakkatutkimukseeni valikoitui juuri kalaorientoituneita ihmisiä, joita olin löytänyt kalankäsittelyn parista vapaasta sivistystyöstä. Näin varmistin haastateltavien hyvän kokemuspohjan silakkaa käsittelevään tapaustutkimukseen. Informanttien kala-kiinnostusta vahvisti kurssin alussa käyty tutustumiskierros, jossa käytiin yksitellen läpi kurssilaisten ajatuksia ja motivaatiotekijöitä kalakurssin suhteen.

Laadullisen tutkimuksen tieteellisyyden ja pätevyyden mittarina ei ole datan suuri määrä. Tärkeämpää on keskittyä aineiston laatuun, sen kelvollisuuteen sekä tarkkaan analyysiin eli ilmiöiden käsitteellistämiseen. (Eskola & Suoranta, 2014, s. 18.) Tutkielman havainnointiosuus on tärkeä, koska tapaustutkimuksella saatujen vastausten määrä on tutkimuksessani pieni. Informanttien havainnointi kotitalousaiheisilla kursseilla vahvistaa löydettyä mielikuvia, kuten helppouden kriteeriä ruoanvalmistustehtävissä. Aineisto olisi voinut olla isompi, mutta koin aineiston saavuttaneen tietynlaisen saturaatiopisteen. Pienikin aineisto voi tuottaa yleistettäviä tuloksia, jos aineisto alkaa toistaa itseään. Saturaatio tarkoittaa tilannetta, jossa aineisto alkaa toistaa itseään. (Tuomi & Sarajärvi, 2018, s. 101.) Viiden haastattelun jälkeen huomasin, että samat teemat, jotka toistuivat teoriataustassani, alkoivat esiintyä haastatteluissa. Koin, että muutama ylimääräinen haastattelu ei olisi tuottanut juurikaan uutta tietoa, mutta olisi tietenkin lisännyt tutkielman luotettavuutta.

Tutkimuksen luotettavuustarkastelun kannalta on hyvä keskittyä tutkijan oman position tarkasteluun. Tutkijan täytyy pitää huolta siitä, etteivät omat käsitykset ja näkemykset tutkittavasta ilmiöstä ohjaa tai ylitä tutkittavien omia käsityksiä. Tutkijan tulee pysyä objektiivisena ja tarkastella ilmiöitä ulkopuolisen tutkijan näkökulmasta. (Ronkainen, ym. 2011, s. 131.) Koen, että oma innostukseni silakkaan ja Itämereen näkyi teoriaosuudessa. Osallistuin myös kalaa käsittelevään seminaariin (Roskakalasta ruokakauppojen rokkitähdeksi, 27.11.2020), josta opiskelukaverini kertoi minulle. Kalateema oli mukana tutkielman teossa koko syksyn ajan niin käytännön kuin tieteenkin tasolla. Tämä lisää mielestäni tutkimuksen luotettavuutta esimerkiksi haastattelurungon muodostamista ajatellen. Tutkimuksen luotettavuutta heikentävänä tekijänä voidaan ymmärtää oma innostukseni kala-aiheeseen, sillä objektiivisuus saattaa näin kärsiä. Saatoinkin olla haastattelutilanteissa hieman liian ohjaileva, tai kysyä haastatteluissa lisäkysymyksiä, joiden teemat olivat tulleet esille aikaisempien tutkittavien haastatteluissa. Kysyin viimeisimmissä

haastatteluissa ylimääräisen kysymyksen kalan ruotoihin koskien, koska ruodot olivat tulleet esille kaikissa edellisissä haastatteluissa.

Jos tämä tutkimus toteutettaisiin uudestaan, olisi mielestäni luotettavuutta lisäävää käyttää haastattelijoina useampia tutkijoita, jolloin tutkijoiden välillä säilyisi tietty linja sallittavien kysymysten suhteen. Näin ohjailevia kysymyksiä ja oman innostuksen vaikutusta voitaisiin mielestäni välttää paremmin. Haastateltavia oli yhteensä viisi ja tutkimustulokset olivat osittain yhteneviä informanttien välillä, Myös tietynlaisia eroavaisuuksia tuli ilmi. Olisi mielenkiintoista tietää, minkälaisen aineiston olisin saanut isommalla tutkimusjoukolla, sillä jo viidessä haastattelussa nousi esille yllättävän samat teemat. Tiivistettynä pro gradu -tutkielmani täyttää mielestäni kelvollisella tavalla luotettavan tutkimuksen kriteerit, mutta ei tuo yleistettävää tietoa tieteelliselle kentälle. Ymmärrän tutkimukseni mielenkiintoiseksi teoria- ja kokemuspohjaiseksi katsaukseksi, jossa lukija pääsee lähelle silakkaan ja silakan ympäristövaikutuksiin liitettäviin mielikuviin. Tutkimuksen tulisi Ronkaisen ym. (2011, s. 11) mukaan olla kommunikoiva, perusteltu ja luotettava. Tutkimustulokseni kommunikoivat mielestäni hyvin alun teoriataustan kanssa, mutta aihetta ja tuloksia olisi voinut tarkastella vielä syvällisemmin.

10 Pohdintaa

Tutkielmapirosessi oli antoisa ja monivaiheinen. Kirjoitus- ja tiedonhankintatyö kulki eteenpäin kehämäisesti ja teoriaosan sisältämät teemat, kuten silakka, Itämeren tila, ruoanvalinnan perusteet ja ekososiaalisen teorian ilmiöt tulivat mielenkiintoisella tavalla ilmi tutkimustulosten analyysivaiheessa. Suomalainen kalatuotanto, kalaan liittyvät ruokavalinnat ja vastuullisuusajattelu on murroksessa. Tuloksissa näkyi silakan rehunäkökulman aiheuttama hämmennys. Koen, että laajemmalla ruokavalintoja ja kalan ympäristönäkökulmaa kartoittavalla tutkimuksella voitaisiin keskittää paremmin hyväksi nähtyjä toimia, jotka voisivat johdattaa suomalaisten kalankulutusta terveellisempään ja ekologisempaan suuntaan. Kalansyöntitottumuksissa saattaa useimmilla korostua terveysvaikutukset ja ympäristönäkökulma jää vähemmälle huomiolle. Kähäri ja Lindblomin (2019, s. 276.) mukaan kotimaisen Itämeren silakan suosiminen olisi yksi vaihtoehto muuttaa kuluttajien ruokatottumuksia väestötasolla kestävämpään suuntaan. Silakan ja särjen syöminen tukee vesistöjen hyvinvointia.

Sjöblomin ym. (2019, s. 1–2) mukaan meri- ja kalatalouden kehittämisessä on vahva potentiaali, mutta useat haasteet haittaavat alan kestävästä kasvusta. Tuorein hallitusohjelma (Hallituksen julkaisusarja, 2015, s. 25) on listannut useita toimenpiteitä kestävästä kalatalouden edistämiseksi. Mukana on esimerkiksi kotimaisen kalan edistämishjelman laadinta, kalatalouden tutkimuksen sekä tuotekehityksen tukeminen, lupajärjestelmän kehittäminen, kalanjalostukseen investointi sekä uudenlaisten rahoitusvälineiden kehittäminen alan uusiutumisen takia. Osallistuin tutkielman teon aikana John Nurmisen Säätiön järjestämään seminaariin, jossa pohdittiin kestävästä kalatalouden kehittämisestä näkökulmaa. Seminaari sai minut tajuamaan, kuinka monitahoinen ja tärkeä aihe suomalainen luonnonkala, vesistöjen tutkiminen sekä tutkimustoiminnan rahoittaminen on ympäristön suojelun kannalta.

Hyvällä vesiosaamisella, teknologialla sekä ravinteiden tehokkaalla kierrätyksellä voitaisiin puuttua kalatalouden ongelmakohtaan ja samalla menestystekijään, eli veden hyvään ekologiseen tilaan (Sjöblom ym., 2019, s. 2). Tästä syystä vesistöjen suojelu ja vesistöjä rehevöittävän kalan poistaminen järvistä ja meristä on tärkeää, mutta osittain ongelmallista. Kaloista täytyisi kehittää kuluttajia kiinnostavia, edullisia ja myyviä tuotteita, jotta luonnonkalojen suosio saataisiin suomalaisten keskuudessa kasvuun. Samanaikaisesti tilannetta vaikeuttaa se, että kalojen saatavuus on usein sattumanva-

raista. Jonain vuonna kalaa voi olla hyvin runsaasti saatavilla ja seuraavana vuonna tilanne onkin toinen. Kalojen vaihteleva saatavuus tuli ilmi erityisesti seminaarissa (Roskakalasta ruokakauppojen rokkitähdeksi, 27.11.2020), jossa tuotekehittelijät kuvasivat luonnonvesistä kalastetun raaka-aineen haasteita elintarviketeollisuudessa esimerkiksi kalapihvien- ja puikkojen valmistuksessa.

Itämeren kalakantoja ja niiden kehitystä voidaan ennustaa vain muutaman vuoden päähän, sillä kalakannat ovat alttiita ympäristön muutoksille. Tärkeimpänä toimena kalojen monimuotoisuuden säilyttämiselle, olisi huolehtia kalojen perinnöllisen monimuotoisuuden säilymisestä. (Kuikka, 2010, s. 148.) Tästä syystä kalankantojen tarkkailu on tärkeää ja valtion rahoitus ja sen turvaaminen on ensiarvoisessa asemassa. Tutkimustuloksieni valossa voidaan ymmärtää, että kaloihin kohdistuvat kulutusvalintamme ovat osittain uhkaamassa vesien ekologista tilaa. Voidaan pohtia, mitä käy, kun esimerkiksi norjalaisen merilohen suosio kasvaa ja turha luonnonkalojen rehukäyttö jatkuu. Näen mahdollisena sen, että luonnonvarojen vähentyessä joudutaan palaamaan yhä yksinkertaisempien raaka-aineiden ääreen. Tällöin silakan ja särjen kulutus voisi mahdollisesti kasvaa. Biologisesti ajatellen ihminen on osa luontoa. Muusta luonnosta ihminen eroaa lajin vahvan tietoisuuden ja moraalisen vastuun perusteella. (Pietarinen, 2000, s. 38.) Tämän moraalisen vastuun siivittämänä tulisi vastuullisuuskasvatus tapahtua mielestäni yhä enemmän kodeissa ja ilmetä arjen ruokavalinnoissa. Tutkimustuloksiini nojaten myös haastateltavani kokivat lapsuuden ruokamuistojen olevan selittävänä tekijänä sille, että suomalaista luonnonkalaa oli totuttu syömään.

Kähärin ja Lindblomin (2019, s. 284) mukaan ei voida yksiselitteisesti todeta, että kalan syönnin lisääminen olisi merkittävin terveys- ja ilmastoteko. On hyvä muistaa, että ilmastoon ja terveyteen vaikuttavat seikat määräytyvät monien asioiden yhteisvaikutuksesta. Kokonaisuus ratkaisee useammassa tilanteissa. Esimerkiksi ylikalastaminen on lihateollisuuden ohella yksi ekosysteemiä eniten haittaavista tuotantotekijöistä ja liikakalastus uhkaa kalakantoja merkittävästi. Suuri osuus maailman merten tärkeimmistä kalakannoista on ylikalastettu ja hyödynnetty kestävyuden rajoille. Kalansyönnin ja vastuullisuusajattelun ongelmakohta on mielestäni siinä, että luonnonkalan kulutus on yleisesti vähäistä suomalaisen kuluttajien keskuudessa.

Kalankulutuksen heikon tilan rinnalla on mielestäni hyvin kiinnostavaa tarkastella tilastoja suomalaisten vapaa-ajan kalastuksen suosiosta. Pokki ja Takolander (2020) kirjoittavat Luonnonvarakeskuksen nettisivuilla vapaa-ajankalastuksen olevan yksi suosituim-

mista harrastuksista suomalaisten keskuudessa. Suosion kasvusta kertoo nousseet kalastonhoitomaksut. Maksuja kerätään, jotta kalavesiä- ja kantoja voidaan hoitaa. Tämä turvaa kestävät kalastusmahdollisuudet. Luonnonvarakeskuksen mukaan noin puolet kaikesta kotimaisesta elintarvikkeeksi kalastetusta kalasta on peräisin vapaa-ajan kalastuksesta. Luonnonkalojen kulutus on järkevää, sillä se poistaa vesistä ravinteita tukien vesien hoitoa sekä kiertotaloutta. Samalla saadaan käyttöön terveellinen ja ilmainen ravinnonlähde. Haastattelujeni pohjalta kävi ilmi, että vaikka ihmiset kalastaisivat esimerkiksi särkeä, ei sitä välttämättä käytetä elintarvikkeena. Kalastetut särjet päästetään usein takaisin vesistöön. Herää kysymys siitä, onko kalastus nykyään vain hauskaa ajanvietettä luonnossa, mutta ruoaksi kelpaavan kalan määritelmä on kulttuurissamme muuttunut.

Suomalainen kalakulttuuri oli informanttien mukaan kokenut huomattavia muutoksia. Siksi haluan esittää vielä muutaman yleisen ruoanvalinnan perusteen, jotta havaittua muutosta voitaisiin ymmärtää paremmin. Psykologisista tekijöistä ruoanvalinnan hetkellä korostuu Rozinin (2006, s. 27–28) mukaan erityisesti seuraavat kolme tekijää: altistuminen, ehdollistuminen sekä sosiaalinen vaikutus. Altistumista selittää se, että mitä enemmän ihminen syö tiettyä ruokalajia, sitä enemmän hän pitää siitä. Tämä selittää myös kulttuuristen traditioiden muodostumista ja pitkäikäisyyttä. Ihminen mieltyy tuttuuteen. Makuihin ehdollistutaan ja tietyistä makupareista, inhoikeista ja lempimauista voi olla joskus vaikea päästä eroon. Tästä syystä esimerkiksi suomalaisten 30–40-vuotiaiden kalankulutustottumuksia voi olla haastavaa muuttaa. Vaikka kuluttaja olisikin tietoinen tietyn ruokalajin suosimisen vastuullisuudesta, ei ekologinen valinta välttämättä toteudu, jos esimerkiksi makutekijät nousevat tärkeämmiksi.

Sosiaalisten ruoanvalintaa selittävien tekijöiden osuus on Rozinin (2006, s. 28) mukaan tieteen osalta osittain epäselvää, mutta selittää ruoanvalintaa selkeästi. Sosiaalitieteen tutkimuksissa on selvinnyt, että arvostettujen ihmisten ruoanvalinta ohjailee myös muiden ruokavalintoja. Tämä voi myös tapahtua myös toisinpäin, jolloin ihminen saa vaikutteita ympärillä elävien tekemisistä ja valinnoista. Ihmisillä tehtyjen tutkimusten lisäksi myös eläinkokeissa on huomattu ruokavalintojen olevan selvässä yhteydessä sosiaaliin tekijöihin. Kyseisen sosiaalisen aspektin varjolla uskaltaisin väittää nyky-yhteiskunnassa sosiaalisen median olevan silakan sekä muiden suomalaisten luonnonkalojen mahdollinen markkinointipaikka. Itse nuorena paljon sosiaalista mediaa käyttävänä henkilönä koen esimerkiksi Instagramin loistavana väylänä unohdettujen kalalajien suosion kasvattamiseen. Sosiaalisten, psykologisten, biologisten ja antropologisten tekijöiden lisäksi tieto esimerkiksi ruoan alkuperästä, eläintuotannon ongelmista ja ravintosisällöstä

on vahvassa yhteydessä ruokavalintojen perusteisiin. Tieto vaikuttaa vahvasti asenteisiin ja käytökseen ruoan yhteydessä. (Rozin, 2006, s. 28.)

Sosiaalisen median käytön hyödyntämispotentiaalia tarkastellessa täytyy muistaa, että kansalaiset ja kuluttajat ovat nykyisin jatkuvan informaatiotulvan keskellä. Nilsson (2020, s. 62) avaa ilmastokysymysten ja psykologian yhteyttä toisiinsa. Ihmisten aivojen perustavanlaatuisen ominaisuus on keskittyä juuri niihin asioihin, mitkä koetaan milläkin hetkellä merkityksellisiksi. Tarkkaavaisuutta ei voi jatkuvasti keskittää jokaiseen tapahtumaan ja tämä ominaisuus mahdollistaa päivittäisistä toimista selviytymisen. Kyseinen ilmiö voi olla mielestäni osaltaan vaikuttamassa myös siihen, että ilmastokysymystä ei viitsitä ottaa jokaisessa valintatilanteessa huomioon. Huomioon otettavia asioita on jo valmiiksi niin useita, että valintaperusteet karsiutuvat helposti pienemmiksi. Aivojen keskittyminen hetkellisesti tärkeimpiin asioihin on hyvässä ja pahassa vaikuttamassa ympäristön tilaan.

Kyseinen ilmiö tuli esille myös haastatteluissani, joissa taloudelliset tekijät ohittivat kalan vastuullisuuskysymykset. Koen, että pro gradu -tutkielmani silakan suosimiseen ja ympäristövaikutuksiin liitettävistä mielikuvista voi olla osaltaan tuomassa ymmärrystä suomalaisten kalankulutustottumusten nykytilasta. Vaikka aineistoni on pieni, voi sillä olla tapaustutkimuksena ymmärrystä tuottavaa arvoa. Syvällisellä tutkimustiedolla voidaan muuttaa käsityksiä ja tottumuksia kuluttajien kalavalintoihin liittyen. Tiedostan, että vastuullisuus ja ekologisuus ovat tutkimusaiheina vaikeita. Selviä vastauksia ja parhaita toimintakeinoja on hankala löytää siten, että ilmiöiden kaikki osapuolet olisivat tyytyväisinä. Halusin tuoda tutkimukseni kautta esiin yksilöiden ruoanvalinnan tarkastelun tärkeyttä ja niiden liittymistä vastuullisen kuluttamisen ekososiaaliseen näkökulmaan. Jatkotutkimusaiheena olisi mielenkiintoista selvittää silakkaan liitettäviä mielikuvia ja käyttökokeuksia isommalla tutkimusjoukolla.

Lähteet

Aaltoja, J. & Valli, R. (2007). *Ikkunoita tutkimusmetodeihin II. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin*. Jyväskylä: PS-kustannus.

Aaltola, J. & Valli, R. (2012). *Ikkunoita tutkimusmetodeihin I. Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle*. Jyväskylä: PS-kustannus.

Assmuth, T. (2010). Myrkkymeren tila ja tulevaisuus: Pahin on ohi, vai onko? Teoksessa S. Bäck, M. Ollikainen, E. Bonsdorff, A. Eriksson, E. Hallanaro, S. Kuikka, M. Viitasalo, & M. Walls (toim.), *Itämeren tulevaisuus*. ss. 166–187. Helsinki: Gaudeamus.

Birch, D & Memery, J. (2018). *Exploring the influence of family on adolescents` seafood consumption choices*. International Journal of Consumer Studies. Vol 44/2020. ss. 449–510.

<https://onlinelibrary-wiley-com.libproxy.helsinki.fi/doi/epdf/10.1111/ijcs.12581>

Eriksson, P. & Koistinen, K. (2014). *Monenlainen tapaustutkimus*. Kuluttajatutkimuskeskus tutkimuksia ja selvityksiä 11/2014. Helsinki: Kuluttajatutkimuskeskus. https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/153032/Tutkimuksia%20ja%20selvityksiä_11_2014_%20Monenlainen%20tapaustutkimus_Eriksson_Koistinen.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Eskola, J. & Suoranta, J. (2014). *Johdatus laadulliseen tutkimukseen*. Tampere: Vastapaino.

Furman, E., Pihlajamäki, M., Välipakka, P. & Myrberg, K. (2014). *Itämeri. Ympäristö ja ekologia*. Nesslingin Säätiö ja Suomen ympäristökeskus. https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/45077/Itämeri%20Ympäristö%20ja%20ekologia_linkit.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Gibson, E (2006). Mood, Emotions and Food Choice. Teoksessa R. Shepherd & M. Raats. (toim.), *The Psychology of Food Choice*. ss. 113–140. Wallingford: CABI.

Haila, V. (2009). Ekososiaalinen näkökulma. Teoksessa I. Massa (toim.), *Vihreä teoria. Ympäristö yhteiskuntateorioissa*. ss. 261–287. Helsinki: Gaudeamus.

Hirsijärvi, S. & Hurme, H. (2004). *Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö*. Helsinki: Yliopistopaino.

Hirsijärvi, S., Remes, P. & Sarjavaara, P. (2015). *Tutki ja kirjoita*. Helsinki: Tammi.

Hämeenaho, P. & Koskinen–Koivisto, E. (2018). *Moniulotteinen etnografia*. Helsinki: Ethnos ry.

Järvelä, K. & Mäkelä, J. (2005). ”Kovin periaatteellista tämä ei ole.” Kuluttajien ruoan valinta ja arkiset toimintatavat. Teoksessa J. Leskinen, H. Hallman, M. Isoniemi, L. Perälä, T. Pohjoisaho, & E. Pylvänäinen (toim.), *Vox consumptoris. Kuluttajan ääni*. ss. 121–140. Kuluttajatutkimuskeskuksen vuosikirja 2005. Helsinki: Kuluttajatutkimuskeskus.

Kaskinen, T., Kuittinen, O., Sadeoja, S-R., & Talasniemi, A. (2011). *Kausiruokaa herkutteleijoille ja ilmastonystäville*. Porvoo: Bookwell.

Kittler, P., Sucher, K., & Nahikian-Nelms, M. (2011). *Food and Culture*. Belmont, CA: Wadsworth/Cengage Learning.

Kiviniemi, K. (2015). Laadullinen tutkimus prosessina. Teoksessa J. Aaltola & R. Valli (toim.), *Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2: Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin* ss. 70–86. Jyväskylä: PS-kustannus.

Kotimaisen kalan edistämishjelma lausunnoille – tavoitteena kaksinkertaistaa kotimaisen kalan käyttö. (2020) Valtioneuvosto: Maa- ja metsätalousministeriö.

<https://valtioneuvosto.fi/-/1410837/kotimaisen-kalan-edistamisohjelma-lausunnoille-tavoitteena-kaksinkertaistaa-kotimaisen-kalan-kaytto>

Kosenius, A. (2010). Ihminen ja Itämeren arvo. Teoksessa S. Bäck, M. Ollikainen, E. Bonsdorff, A. Eriksson, E. Hallanaro, S. Kuikka, M. Viitasalo, & M. Walls (toim.), *Itämeren tulevaisuus*. ss. 12–25. Helsinki: Gaudeamus.

Kuikka, S. (2010). Kalakannat – Ihmisen ja luonnon noppapeli. Teoksessa S. Bäck, M. Ollikainen, E., Bonsdorff, A. Eriksson, E., Hallanaro, S. Kuikka, M. Viitasalo, & M. Walls (toim.), *Itämeren tulevaisuus*. ss. 134–149. Helsinki: Gaudeamus.

Kuula, A. (2006). *Tutkimusetiikka. Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys*. Tampere: Vastapaino.

Kähäri, A. & Lindblom, T. (2019). *Sosioekonomisen aseman yhteys kalan osuuteen ruokamenoista vuosina 1985-2016*. Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti 56. ss. 275–290. <https://journal.fi/sla/article/view/83102>

Laine, P. (2016). *Silakkakirja*. Helsinki: Gummerus.

Lappalainen, A., Heikinheimo, O., Raitaniemi, J. & Puura, L. (2019). *Tehostetun pyynnin vaikutuksista Saaristomeren lahna- ja särkikantoihin*. Luonnonvara- ja biotalouden tutkimus 74/2019. Helsinki: Luonnonvarakeskus. https://jukuri.luke.fi/bitstream/handle/10024/544800/luke-luobio_74_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Lindgren, C. (2009). *Kiehuu! Uusi suomalainen keittiö*. Helsinki: Otava.

Matthies, A-L., Närhi, K. & Ward, D. (2001). *The Eco-Social Approach in Social Work*. Jyväskylä: Sophi.

Moilanen, P. (2019) Vapaa-ajankalastus 2018. Helsinki: Luonnonvarakeskus. http://statdb.luke.fi/PXWeb/pxweb/fi/LUKE/LUKE__06%20Kala%20ja%20riista__02%20Rakenne%20ja%20tuotanto__06%20Vapaa-ajankalastus/3_Vapaa-ajankalastuksen_saalis_alue.px/table/tableViewLayout1/?loadedQueryId=c606e37f-7942-4794-9183-92393cd81e94&timeType=from&timeValue=2000

Mäkelä, J., Palojoki, P. & Sillanpää, M. (2003). *Ruisleivästä pestoon. Näkökulmia muuttuvaan ruokakulttuuriin*. Helsinki: WSOY.

Mäkinen, T. (2008). *Voidaanko kalastuksella vähentää kalankasvatuksen ravinnekuormaa? Kalankasvatuksen nettokuormitusjärjestelmän esiselvitys*. Helsinki: Riista- ja kalatalouden tutkimuslaitos.

Niiniluoto, I. (2000). Luonnon arvo ja ihmisen vastuu. Teoksessa A. Haapala & M. Oksanen (toim.), *Arvot ja luonnon arvottaminen*. ss. 55–68. Helsinki: Gaudeamus.

Nilsson, A. (2020). *Klimat och psykologi. Varför vi inte agerar hållbart och vad vi kan göra åt det*. Helsinki: Studentlitteratur.

Närhi, K. (2004). *The Eco-Social Approach in Social Work and the Challenges to the Expertise of Social Work*. Jyväskylä: Studies in Education Psychology and Social Research 243.

<https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/13326/9513918343.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Ollikainen, M. (2010). Miksi Itämeri rehevöityy? Teoksessa S. Bäck, M. Ollikainen, E. Bonsdorff, A. Eriksson, E. Hallanaro, S. Kuikka, M. Viitasalo, & M., Walls (toim.), *Itämeren tulevaisuus*. ss. 64–79. Helsinki: Gaudeamus.

Piironen, S. & Järvelä, K. (2006). *Kokemuksella ja tiedolla. Tutkimus kuluttajien ruoan valinnasta*. Julkaisuja 8. Helsinki: Kuluttajatutkimuskeskus.

https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/152255/Kokemuksella_ja_tiedolla.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Pietarinen, J. (2000). Ihmislähtöiset luontoarvot ja luonnon omat arvot. Teoksessa Haapala, A. & Oksanen, M. (toim.), *Arvot ja luonnon arvottaminen*. ss. 38–54. Helsinki: Gaudeamus.

Pokki, H. & Takolander, A. (2020). *Kalastus kiinnosti tänä kesänä kaikenikäisiä – Kalastonhoitomaksujen tuotto 20 % enemmän edellisvuoteen verrattuna*. Helsinki: Luonnonvarakeskus.

<https://www.luke.fi/uutinen/kalastus-kiinnosti-tana-kesana-kaikenikaisia-kalastonhoitomaksujen-tuotto-kasvoi/>

Puolimatka, T. (1995). *Kasvatus ja filosofia*. Rauma: Kirjayhtymä Oy.

Pönni, J. (2020). Teoksessa J. Raitaniemi, & S. Sairanen (toim.), *Kalakantojen tila vuonna 2019 sekä ennusta vuosille 2020 ja 2021. Silakka, kilohaili, turska, lohi, kuha ja ahven*. Luonnonvara- ja biotalouden tutkimus 46/2020. ss. 6–20. Helsinki: Luonnonvarakeskus.

https://jukuri.luke.fi/bitstream/handle/10024/546000/luke_luobio_46_2020.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Raitaniemi, J. & Manninen, K. (2013). *Kalakantojen tila vuonna 2012 sekä ennuste vuosille 2013 ja 2014. Silakka, kilohaili, turska, lohi, siika, kuha ja ahven*. RKTL:n työraportteja. Helsinki: Riista ja kalatalouden tutkimuslaitos.

https://jukuri.luke.fi/bitstream/handle/10024/520234/rktrltr2013_17.pdf?sequence=1

Raitaniemi, J. & Sairanen, S. (toim.) (2020). *Kalakantojen tila vuonna 2019 sekä ennuste vuosille 2020 ja 2021. Silakka, kilohaili, turska, lohi, kuha ja ahven*. Luonnonvara- ja biotalouden tutkimus 46/2020. ss. 1–91 Helsinki: Luonnonvarakeskus.

https://jukuri.luke.fi/bitstream/handle/10024/546000/luke_luobio_46_2020.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Rantakokko, P., Peltonen, H., Leskelä, A., Hakala, R., Myllylä, T., Lerche, K. & Kiviranta, H. (2019). *Kalojen vierasaineiden ja vesiympäristön tilan seurannat kustannustehokkaammiksi tutkijoiden ja kalastuselinkeinon yhteistyöllä* (KALAKAS). Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.

https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/138790/KALAKAS-Loppuraportti_2019-11-05.pdf?sequence=1

Ratkaisujen Suomi. Pääministeri Juha Sipilän hallituksen strateginen ohjelma. (2015). Helsinki: Valtioneuvoston kanslia.

https://valtioneuvosto.fi/documents/10184/1427398/Ratkaisujen+Suomi_FI_YHDIS-TETTY_netti.pdf

Rislakki, E. (2009). Radikaalien muutosten kymmenluku. Teoksessa C, Lindgren. *Kiehuu! Uusi suomalainen keittiö*. ss. 274–277. Helsinki: Otava.

Ronkainen, S., Pehkonen, L., Lindblom-Yläne, S. & Paavilainen, E. (2011). *Tutkimuksen voimasanat*. Helsinki: WSOYpro.

Roskakalasta ruokakauppojen rokkitähdeksi. 27.11.2020 Helsinki: John Nurmisen Säätiö.

<https://merijakalatalous.fi/webinaari-hoitokalastuksen-kaupallistamisesta-ilmoittaudu-25-11-mennessa/>

Rozin, P. (2006). *The Integration of Biological, Social, Cultural and Psychological Influences on Food Choice*. Teoksessa R. Shepherd & M. Raats. (toim.), *The Psychology of Food Choice*. ss.19–39. Wallingford: CABI.

Ruusuvuori, J., Nikula, P. & Hyvärinen, M. (2010). Haastattelun analyysin vaiheet. Teoksessa J. Ruusuvuori, P. Nikula & M. Hyvärinen (toim.), *Haastattelun analyysi*. ss. 9–38. Tampere: Vastapaino.

Ruusuvuori, J. & Tiittula, L. (2017). Tutkimushaastattelu ja vuorovaikutus. Teoksessa M. Hyvärinen, P. Nikander, & J. Ruusuvuori (toim.), *Tutkimushaastattelun käsikirja*. ss. 39–66. Tampere: Vastapaino.

Saarinen, M., Kurppa, S., Nissinen, A. & Mäkelä, J. (2011). *Aterioiden ja asumisen valinnat kulutuksen ympäristövaikutusten ytimessä*. Suomen ympäristö 14. Helsinki: Ympäristöministeriö.

https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/37037/SY_14_2011.pdf?sequence=3

Salmivaara, L. & Lankoski, L. (2019). *Promoting Sustainable Consumer Behaviour Through the Activation of Injunctive Social Norms*. Organization and Environment. ss. 1–26. Helsinki: Aalto University.

<https://acris.aalto.fi/ws/portalfiles/portal/40830018/1086026619831651.pdf>

Salonen, A. (2014). *Ekososiaalinen sivistys – kestävän hyvinvoinnin perusta*. 4/2014. Tiede & Tutkimus: Natura. ss. 25–30.

https://www.academia.edu/9711043/Salonen_A_2014_Ekososiaalinen_sivistys_kestava_hyvinvoinnin_perusta_Natura_51_4_25_30

Salonen, A. & Bardy, M. (2015). Ekososiaalinen sivistys herättää luottamusta tulevaisuuteen. *Aikuiskasvatus* 35(1). ss. 4–15.

<https://journal.fi/aikuiskasvatus/article/view/94118/52796>

Schwab, U. (2020). Mikä ikääntyneiden syömisessä ja ruoan laadussa on tärkeää? Webinaariesitys 3.12.2020. *Hyvä ruoka ja ravitsemus ikääntyessä*. Valtion ravitsemusneuvottelukunta (VRN), Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos (THL) ja Ikäruoka 2.0 -hanke.

<https://webcast.sst.fi/cast/hyva-ruoka-ja-ravitsemus-ikaantyyessa/public>

Seitola, L., Niklander, K. & Grönroos, J. (1996). *Helsingin silakkamarkkinat*. Helsinki: Edita.

Setälä, J., Kankainen, M., Vielma, J., Niukko, J., Pitkämäki, A., Saario, M., Ahvenharju, S., Hillgren, A. & Tommila, P. (2016). *Itämerirehua kotimaisista kalavirroista*. Luonnonvara- ja biotalouden tutkimus. 28/2016. Helsinki: Luonnonvarakeskus.

https://jukuri.luke.fi/bitstream/handle/10024/535286/luke-luobio_28_2016.pdf?Sequence=4

Sjöblom, H., Halonen, M., Lähdesmäki-Josefsson, K., Saario, M., Rinne, P., Kuusisto, M. & Laine, J. (2019). *Ennakkoarvion laatiminen rahoitusinstrumenttien käyttöönottamisesta Euroopan meri- ja kalatalousrahastosta*. Helsinki: Gaia Consulting Oy.

https://merijakalatalous.fi/wp-content/uploads/EMKR-ennakkoarviointi_loppuraportti_lokakuu-2019.pdf

Tamminen, T. & Norkko, A. (2010). Mitä hyötyä on biodiversiteetistä? Teoksessa S. Bäck, M. Ollikainen, E. Bonsdorff, A. Eriksson, E. Hallanaro, S. Kuikka, M. Viitasalo, & M., Walls (toim.), *Itämeren tulevaisuus*. ss. 42–53. Helsinki: Gaudeamus.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. (2018). *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. (Uudistettu laitos). Helsinki: Tammi.

UN General Assembly. *Transforming our world: the 2030 Agenda for Sustainable Development*. (2015). New York: United Nations.
https://www.un.org/ga/search/view_doc.asp?symbol=A/RES/70/1&Lang=E

Wennonen, S. & Palojoki, P. Vastuullisuus ja vastuullisuuskasvatus kotitalousopetuksessa. (2015). Teoksessa: H. Janhonen-Abruquah & P. Palojoki. (toim.), *Luova ja vastuullinen kotitalousopetus*. Helsingin yliopisto: Kotitalous- ja käsityötieteiden julkaisuja 38.

Yle Areena. (2020). Itämeren suojelijat Peltsi ja Tom. *Syökää silakkaa!* Katsottu 11.9.2020.

<https://areena.yle.fi/1-5009769>

Liitteet

Liite 1

Haastattelukysymysten muodostaminen tutkimuskysymysten kautta

| Tutkimuskysymys | Teemahaastattelun teema | Haastattelukysymys |
|--|----------------------------------|---|
| 1.Minlaisia mielikuvia silakkaan liitetään? | Silakkaan liitettävät mielikuvat | <p>1.Mitä silakasta tulee sinulle ensimmäisenä mieleen?</p> <p>2.Syötkö silakkaa mielelläsi? Miksi/miksi et?</p> <p>3.Kuvaile suhdettasi/ajatuksiasi silakkaan raaka-aineena.</p> <p>4.Minkälaisia muistoja sinulla on silakkaruoista?</p> <p>5.Miten lähipiirisi asennoituu silakkaan ruoanvalmistuksen raaka-aineena?</p> <p>6.Keiden uskot syövän eniten silakkaa, miksi?</p> <p>7.Mitä tiedät silakan terveellisyydestä/ravintoaineista?</p> <p>8.Syötkö silakkaa yleensä yksin vai isommassa seurassa?</p> <p>9.Syötkö/söisitkö silakkaa enemmän kotona vai ulkona? Työpaikkaravintolassa vai hienossa ravintolassa?</p> |

| | | |
|--|---------------------------------|---|
| 2.Miksi silakkaa suositaan/ei suosita kalalajina? | Kalalajien suosimisen perusteet | <p>1.Mitä kalaa valmistat useimmiten?</p> <p>2.Miksi käytät juuri tätä kalaa?</p> <p>3.Mitkä tekijät ohjaavat vahvimmin ruokavalintojesi perusteita? (Maku, aika, rutiinit, tottumus, raha, ympäristö, asenteet, arvot, ekologisuus, terveys, esteettisyys).</p> <p>4.Minkälainen kalatarjonta pääkaupunkiseudun kalatiskeillä mielestäsi on?</p> <p>5.Milloin juuri silakka valikoituu lautasellesi?</p> |
|--|---------------------------------|---|

| | | |
|---|---|---|
| 3.Minkälaisia käsityksiä silakan ympäristövaikutuksista vallitsee? | Silakka ympäristövaikutusten näkökulmasta | <p>1.Miten silakka ja meren rehevöityminen ovat mielestäsi yhteydessä toisiinsa?</p> <p>2.Kuinka vahvasti ekologiset syyt liittyvät kalavalintoihisi? Mistä tämä johtuu?</p> <p>3.Pitäisikö mielestäsi eri lajien vastuullisuus ympäristön kannalta olla vahvemmin esillä kalatiskeillä? Miksi/miksi ei?</p> <p>4.Minkälainen käsitys sinulla on Itämeren tilasta?</p> <p>5.Millä asioilla mielestäsi voidaan vaikuttaa Itämeren tilaan (positiivisesti)?</p> |
|---|---|---|

Liite 2.

Näyte haastattelujen litteraatista

Merkkien selitykset.

(H): haastattelija

(T): tutkittava

(m80): Mies, 80 v

Keltainen korostus: Aineistosta tutkimuskysymysten pohjalta nostetut pelkistetyt ilmaukset.

Taustatiedot: Mies, 80 v, (m80).

(H) No Lotta soittelee moikka!

(T) Moi!

(L) Onko nyt hyvä hetki siellä haastattelulle?

(H) No kyllä.

(L) Jes. Lähetäänpä sit liikkeelle. Mulla on tässä kolme teemaa tänään. Me keskustellaan silakkaan liitettävistä mielikuvista, sitten on kalalajien suosimisen perusteet ja silakka ympäristövaikutusten näkökulmasta. Eka kysymys mulla ois sulle, että mitä sulla tulee silakasta ensimmäisenä mieleen?

(T) No kuule paistetut silakat, halstratut silakat, silakkalaatikko siinä nyt alkuun.

(L) Kyllä kyllä, eli se tulee noiden ruokalajien kautta.

(T) Kyllä.

(H) Jes. No syötkö

(T) Mulla ei oo niinko muuta suhdetta silakkaan, kun että syön niitä. Joo.

(H) Syötkö silakkaa mielelläsi? Miksi tai miksi et?

(T) Kyllä. Se on lapsesta pitäen oon tottunu Helsinkiläisenä silakkaa syömään. Nykyisin vähä huonommin, kun tarjolla ei oo muuta silakkafilettä, kun meille toi ruotosilakka maistuis mainiosti.

(H) Niinpä. Joo mäkin kävin tänään kalatiskillä, niin ei ollu tänään saatavilla silakkaa.

(T) Joo. Ei sitä oo, sitä oli vähä aikaa tossa ja nyt ei oo taas ollu kun filettä.

(H) Kyllä. No mitäs sä sanoisit, jos sun pitäis kuvailla suhdettasi silakkaan raaka-aineena? Tossa sulla äskön tuli vähän esille, et se ois kivempi, jos se ois just ruotoineen päivineen.

(T) Joo. Koska tota, kun me on toistaseks hampaat on toiminu, niin että tota pystytään rouskuttamaan sellasenaan. Kyllä kun joskus käy ihmisten kans esimerkiks tota noin seahorsessa tai salvessa jossa on hyvät silakkatarjoukset yleensä, niin kattoo, että jotkut ruotii niitä siinä vielä. Ja tota meille se niinku istuu paljon paremmin, että haukataan päästä. Joo. Ei siin sen kummempaa. Joskus on ollu suurena haaveena et lähettäis litkaamaan silakkaa, mutta ei oo saatu aikaseks.

(H) Niin, ehkä se aika vielä koittaa.

(T) Joo, ei täs kovin montaa vuotta enää oo mahdollista, mutta tota ehkä kuitenkin.

Liite 3.

Sisällönanalyysi

Aineisto on ryhmitelty värikoodein.

Värikoodien selitykset

punainen: vastuullisuus

vihreä: ruokavalintojen perusteet

oranssi: ruokakulttuurin muutos

sininen: ruokaperinteet ja tottumukset

| punainen: vastuullisuus | vihreä: ruokavalintojen perusteet | oranssi: ruokakulttuurin muutos | sininen: ruokaperinteet ja tottumukset |
|-----------------------------------|---|---|--|
| ympäristötietoisuus | maku | tottumus | ruokalajit |
| polarisoituminen | taloudellisuus | perinteet | perinteet |
| vähättely | tottumus | ikäihmiset | lohi |
| rajoitukset | terveys | kotiruoka | tyytyväisyys |
| asennemuutos | sattumanvaraisuus | kulttuurimuutokset | sesonki |
| hämmennys | pessimismi | asennemuutos | kotiruoka |
| kotimaisuus | kunnioitus | kalakulttuurimuutos | kalaharrastus |
| vastuullisuus | monipuolisuus | kalatietoisuus | tottumus |
| ympäristöhuoli | perinteet | | yksinkertaisuus |
| vaikuttavuus | helppous | | |
| ongelmat | tuoreus | | |
| ympäristökysymykset | sesonki | | |
| ympäristökiinnostus | saatavuus | | |
| tuotteistaminen | lohi | | |
| suojeleuhankkeet | vastuullisuus | | |
| epätietoisuus | ympäristömyrkyt | | |
| luonnonkala | arvostus | | |
| haasteet | | | |
| vastuullisuuskasvatus | | | |
| tutkimustuki | | | |
| rehevöityminen | | | |
| vastuullisuuskehitys | | | |
| ympäristöpositiivisuus | | | |
| määräykset | | | |

Liite 4

Haastattelukysymykset

1. Mitä silakasta tulee sinulle ensimmäisenä mieleen?
2. Syötkö silakkaa mielelläsi? Miksi/miksi et?
3. Kuvaile suhdettasi/ajatuksiasi silakkaan raaka-aineena.
4. Minkälaisia muistoja sinulla on silakkaruoista?
5. Miten lähipiirisi asennoituu silakkaan ruoanvalmistuksen raaka-aineena?
6. Keiden uskot syövän eniten silakkaa, miksi?
7. Mitä tiedät silakan terveellisyydestä/ravintoaineista?
8. Syötkö silakkaa yleensä yksin vai isommassa seurassa?
9. Syötkö/söisitkö silakkaa enemmän kotona vai ulkona? Työpaikkaravintolassa vai hienossa ravintolassa?
10. Mitä kalaa valmistat useimmiten?
11. Miksi käytät juuri tätä kalaa?
12. Mitkä tekijät ohjaavat vahvimmin ruokavalintojesi perusteita? (Maku, aika, rutinit, tottumus, raha, ympäristö, asenteet, arvot, ekologisuus, terveys, esteettisyys).
13. Minkälainen kalatarjonta pääkaupunkiseudun kalatiskailla mielestäsi on?
14. Milloin juuri silakka valikoituu lautasellesi?
15. Miten silakka ja meren rehevöityminen ovat mielestäsi yhteydessä toisiinsa?
16. Kuinka vahvasti ekologiset syyt liittyvät kalavalintoihisi? Mistä tämä johtuu?
17. Pitäisikö mielestäsi eri lajien vastuullisuus ympäristön kannalta olla vahvemmin esillä kalatiskailla? Miksi/miksi ei?
18. Minkälainen käsitys sinulla on Itämeren tilasta?
19. Millä asioilla mielestäsi voidaan vaikuttaa Itämeren tilaan (positiivisesti)?

Liite 5

Sisällönanalyysitaulukko

Mies, 80 v (m80)

| Haastattelukysymykset | Alkuperäisilmaukset | Pelkistetty ilmaus | Yläkäsite |
|--|--|---------------------------------|-----------------------------|
| 1.Mitä silakasta tulee sinulle ensimmäisenä mieleen? | No kuule paistettu silakat, halstratut silakat, silakkalaatikko siinä nyt alkuun. | Erilaiset silakkaruoat | Ruokalajit |
| 2.Syötkö silakkaa mielelläsi? Miksi/miksi et? | Kyllä. Se on lapsesta pitäen oon tottunu Helsinkiläisenä silakkaa syömään. | Tottumus ja asuinpaikka | Tottumus |
| 3.Kuvaile suhdetasi/ajatuksiasi silakkaan raaka-aineena. | kun me on toistaseks hampaat on toiminu, niin että tota pystytään rouskuttamaan sellaseinaan, meille se niinku istuu paljon paremmin, että haukataan päästä. | Mieltymys ja asenne ruotokalaan | Maku |
| 4.Minkälaisia muistoja sinulla on silakkaruoista? | lapsuudessa niin äiti teki silakkalaatikkoo, Niin tota äiti tota noin pisti halsteriin. köyhälistöruoka eli silakat eiku perunat, kuori-perunat kiehu-maan ja sitte jos-sain vaiheessa siihen pannaan päälle silakoita ja perunoitten päälle suolasilakoita. | edullista ja perinteistä ruokaa | Taloudellisuus Perinteet |

| | | | |
|---|---|--|--|
| 5.Miten lähipiirisi asennoituu silakkaan ruoanvalmistuksen raaka-aineena? | lapset on maailmalla, niin tota lähipiiri jos mä ajattelen niinku lapsia, niin tota ei ne koskaan vastustanu sitä, nää meidän mukulat on ollu hyvin pelottomia. ä en tiedä onko kouluruokalassa ollenkaan. Niin tota noin tosiaan ainakin meidän mukuloiden kokemus oli se, että ei ne uskaltanu koskea. | lähipiirin totuttava vaikutus silakkaan | Tottumus |
| 6.Keiden uskot syövän eniten silakkaa, miksi? | No kyl se on varttuneempi väki nykysin. No kyl se on ihan se, että ei oo kotona totuttu enää välttämättä ja koulussakin kun sitä on ollu, niin lähinnä kotitaloudessa. | varttuneempi väestö tottunut | Ikäihmiset |
| 7.Mitä tiedät silakan terveellisyydestä/ravintoaineista? | No siinä on tota riittävästi tota kaikkea mitä tarvii ja tota nimenomaan se ruoto on meistä tärkeä. | Yleinen käsitys kalan terveellisyydestä | Terveys |
| 8.Syötkö silakkaa yleensä yksin vai isomassa seurassa? | No kotona syö-dään yleensä vaimon kanssa, mut sit tosiaan yhen naapurin pariskunnan kans tossa meidän pihalla niin hiillostettiin silakkaa ja sitten tota mul on vanhoja koulukavereita vielä elossa niin ne on näin talvis-aikaan ei oo oikeen päästy, niin on kerran kuussa suunnilleen lounastettu yhdessä. | Kotiruokaa puolison kanssa Erityistilanteet tietyn ihmisryhmän kanssa | Kotiruoka Perinteet |